

フィットネスラボ 空き状況 (2023年9月23日20時更新)

No	講座名	曜日	開始	終了	料金(税込)	定員	空き状況
54	ピラティス	月	9:30	10:30	¥9,000	19	満員
55	クラシックバレエ入門	月	10:50	11:50	¥9,000	19	満員
56	クラシックバレエ	月	12:10	13:10	¥9,000	19	満員
57	ベーシックヨガ	月	13:30	14:30	¥9,000	19	4
58	アロマヨガ	月	14:50	15:50	¥9,000	19	5
59	ピラティスストレッチ	月	19:00	20:00	¥9,000	19	6
60	リフレッシュヨガ	月	20:20	21:20	¥9,000	19	5
61	はじめてヨガ	火	9:30	10:30	¥10,000	19	2
62	ヨガ	火	10:50	11:50	¥10,000	19	3
63	太極拳	火	12:10	13:10	¥10,000	19	2
64	姿勢改善体操	火	13:30	14:30	¥10,000	19	満員
65	アクティブフィットネス	火	14:50	15:50	¥10,000	19	12
66	美容骨盤エクササイズ	火	19:00	20:00	¥10,000	19	13
67	リフレッシュヨガ	水	9:30	10:30	¥10,000	19	2
68	ヘルシーヨガ	水	10:40	11:40	¥10,000	19	3
69	脂肪燃焼エアロ	水	12:10	13:10	¥10,000	16	満員
70	ピラティス	水	13:30	14:30	¥10,000	19	1
71	フラダンス	水	14:50	15:50	¥10,000	19	3
72	バレトン	水	19:00	20:00	¥10,000	19	5
73	リフレッシュ!トレーニング	水	20:20	21:20	¥10,000	19	11
74	ヴィーナスヨガ	木	9:30	10:30	¥10,000	19	6
75	健康体操	木	12:10	13:10	¥10,000	19	満員
76	ビューティー骨盤ケア	木	13:30	14:30	¥10,000	19	15
77	ZUMBA	木	14:50	15:40	¥10,000	16	8
78	はじめてのフラダンス	木	19:00	20:00	¥10,000	19	満員
79	エアロビクス初級	木	20:20	21:10	¥10,000	16	12
80	リラックスヨガ①	金	9:30	10:30	¥10,000	19	1
81	ヨガ	金	10:50	11:50	¥10,000	19	11
82	クラシックバレエ入門	金	12:10	13:10	¥10,000	19	11
83	クラシックバレエ初級	金	13:30	14:30	¥10,000	19	5
84	フローヨガ	金	14:50	15:50	¥10,000	19	2
85	リラックスヨガ②	金	16:10	17:10	¥10,000	19	9
86	シェイプ&筋トレ	金	19:00	20:00	¥10,000	19	8
87	ヨガ	金	20:20	21:20	¥10,000	19	11
88	ピラティスストレッチ	土	13:45	14:45	¥10,000	19	5
89	ピラティス	土	15:00	16:00	¥10,000	19	4
90	ZUMBA	土	16:25	17:15	¥10,000	16	2
91	ヨガ	土	17:35	18:35	¥10,000	19	11
92	代謝アップ体幹ヨガ	土	18:55	19:55	¥10,000	19	14
93	肩こり腰痛解消体操	日	10:00	11:00	¥10,000	19	1
94	ピラティス	日	11:20	12:20	¥10,000	19	満員
95	ピラティス②	日	12:40	13:40	¥10,000	19	3
96	ヨガ	日	14:00	15:00	¥10,000	19	14
97	バレトン	日	15:20	16:20	¥10,000	19	
98	ZUMBA	日	16:40	17:30	¥10,000	16	2