

フィットネスラボ 空き状況 (2024年6月15日20時更新)

No	講座名	曜日	開始日	開始	終了	料金(税込)	定員	空き状況
60	ピラティス	月	7/8	9:30	10:30	¥7,000	19	2
61	クラシックバレエ入門			10:50	11:50	¥7,000	22	満員
62	クラシックバレエ			12:10	13:10	¥7,000	22	2
63	アロマヨガ			13:30	14:30	¥7,000	19	8
64	ピラティスストレッチ			19:00	20:00	¥7,000	20	2
65	リフレッシュヨガ			20:20	21:20	¥7,000	24	3
66	はじめてヨガ	火	7/9	9:30	10:30	¥10,000	24	6
67	ヨガ			10:50	11:50	¥10,000	24	3
68	太極拳			12:00	13:00	¥10,000	19	2
69	姿勢改善体操			13:30	14:30	¥10,000	24	満員
70	アクティブフィットネス			14:50	15:50	¥10,000	19	12
71	美容骨盤エクササイズ			19:00	20:00	¥10,000	19	11
72	リフレッシュヨガ	水	7/10	9:30	10:30	¥10,000	19	満員
73	ヘルシーヨガ			10:40	11:40	¥10,000	19	7
74	脂肪燃焼エアロ			12:10	13:10	¥10,000	20	3
75	ピラティス			13:30	14:30	¥10,000	24	1
76	フラダンス			14:50	15:50	¥10,000	24	6
77	バレトン			19:00	20:00	¥10,000	24	7
78	リフレッシュ!トレーニング			20:20	21:20	¥10,000	24	18
79	ヴィーナスヨガ	木	7/11	9:30	10:30	¥10,000	19	5
80	ピラティス ※1			10:50	11:50	¥10,000	24	9
81	健康体操			12:10	13:10	¥10,000	24	4
82	ビューティー骨盤ケア			13:30	14:30	¥10,000	24	19
83	ZUMBA			14:50	15:40	¥10,000	16	4
84	はじめてのフラダンス			19:00	20:00	¥10,000	24	6
85	ボクシングエクササイズ			20:10	21:10	¥10,000	20	10
86	関節にやさしいヨーガケア	金	7/12	9:20	10:20	¥10,000	19	5
87	ヨガ			10:40	11:40	¥10,000	24	15
88	クラシックバレエ入門			12:00	13:00	¥10,000	24	11
89	クラシックバレエ初級			13:10	14:10	¥10,000	24	10
90	ハタヨガ(基礎)			14:50	15:50	¥10,000	24	6
91	アーサナと呼吸法・瞑想			16:00	17:00	¥10,000	24	21
92	マーシャルキックボクシング			17:50	18:50	¥10,000	20	18
93	シェイプ&筋トレ			19:00	20:00	¥10,000	24	13
94	ヨガ			20:20	21:20	¥10,000	24	18
95	はじめてピラティス			土	7/13	12:35	13:35	¥10,000
96	ピラティスストレッチ	13:45	14:45			¥10,000	20	9
97	ピラティス	15:00	16:00			¥10,000	20	5
98	ZUMBA	16:25	17:15			¥10,000	20	5
99	ヨガ	17:35	18:35			¥10,000	24	10
100	代謝アップ体幹ヨガ	18:55	19:55			¥10,000	24	20
101	リズムボクシング	20:10	21:10			¥10,000	20	18
102	肩こり腰痛解消体操	日	7/14	10:00	11:00	¥10,000	24	3
103	ピラティス			11:20	12:20	¥10,000	20	2
104	ピラティス②			12:40	13:40	¥10,000	20	3
105	ヨガ			14:00	15:00	¥10,000	24	18
106	ZUMBA			16:40	17:30	¥10,000	20	満員