

フィットネスラボ 空き状況 (2025年 3月 15日 20時更新)

No	講座名	曜日	開講日	開始	終了	料金(税込)	定員	空き状況
60	ピラティス	月	4月14,21,28 5月12,19,26 6月9,16,23,30	9:30	10:30	¥10,000	19	1
61	クラシックバレエ入門			10:50	11:50		22	2
62	クラシックバレエ			12:00	13:00		22	満員
63	骨盤調整ヨガ			13:20	14:20		19	10
64	ZUMBA			14:30	15:20		20	17
65	ピラティスストレッチ			19:00	20:00		20	4
66	リフレッシュヨガ			20:20	21:20		24	2
67	はじめてヨガ	火	4月8,15,22 5月13,20,27 6月3,10,17,24	9:20	10:20	¥10,000	24	3
68	ヨガ			10:40	11:40		24	1
69	太極拳			12:00	13:00		24	4
70	姿勢改善体操			13:30	14:30		24	5
71	アクティブフィットネス			14:50	15:50		19	7
72	美容骨盤エクササイズ			19:00	20:00		19	14
73	ピラティス			20:20	21:20		20	12
74	リフレッシュヨガ	水	4月9,16,23,30 5月14,21,28 6月4,11,18	9:15	10:15	¥10,000	19	3
75	ヘルシーヨガ			10:25	11:25		19	2
76	脂肪燃焼エアロ			12:10	13:10		20	3
77	ピラティス			13:30	14:30		20	満員
78	フラダンス			14:50	15:50		24	10
79	バレトン			19:00	20:00		24	9
80	リフレッシュ!トレーニング			20:20	21:20		24	18
81	ヴィーナスヨガ	木	4月10,17,24 5月1,8,15,22,29 6月5,12	9:30	10:30	¥10,000	19	3
82	ピラティス			10:50	11:50		20	満員
83	健康体操			12:10	13:10		24	満員
84	ビューティー骨盤ケア			13:30	14:30		24	19
85	ZUMBA			14:50	15:40		20	13
86	はじめてのフラダンス			19:00	20:00		24	3
87	ボクシングエクササイズ			20:10	21:10		20	6
88	椅子ストレッチヨガ	金	4月11,18,25 5月2,9,16,23,30 6月6,13	9:20	10:20	¥10,000	20	11
89	ヨガ			10:40	11:40		24	12
90	クラシックバレエ入門			12:00	13:00		24	9
91	クラシックバレエ初級			13:10	14:10		24	2
92	ピラティス			14:30	15:30		20	15
93	ヨガ			16:00	17:00		24	19
94	ダンスエアロ			17:50	18:50		20	15
95	シェイプ&筋トレ			19:00	20:00		24	16
96	ヨガ			20:10	21:10		24	19
97	はじめてピラティス	土	4月12,19,26 5月10,17,24,31 6月7,14,21	12:35	13:35	¥10,000	20	9
98	ピラティスストレッチ			13:45	14:45		20	9
99	ピラティス			15:00	16:00		20	3
100	ZUMBA			16:25	17:25		24	8
101	リフレッシュエクササイズ			17:40	18:30		24	21
102	リフレッシュ!ピラティスヨガ			18:50	19:50		24	18
103	リズムボクシング			20:10	21:10		20	10
104	肩こり腰痛解消体操	日	4月13,20,27 5月11,18,25 6月1,8,15,22	10:00	11:00	¥10,000	24	1
105	ピラティス			11:20	12:20		20	1
106	ピラティス②			12:40	13:40		20	3
107	ヨガ			14:00	15:00		24	13
108	ファンクショナルローラーピラティス			15:20	16:20		20	18
109	ZUMBA			16:40	17:30		22	満員