

フィットネスラボ 空き状況 (2022年6月11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
60	ピラティス	月	9:30	10:30	¥7,000	17	1
61	バレエストレッチ	月	10:50	11:50	¥7,000	17	2
62	クラシックバレエ	月	12:10	13:10	¥7,000	17	満員
63	ベーシックヨガ	月	13:30	14:30	¥7,000	17	5
64	アロマヨガ	月	14:50	15:50	¥7,000	17	満員
65	ピラティスストレッチ	月	19:00	20:00	¥7,000	17	4
66	リフレッシュヨガ	月	20:20	21:20	¥7,000	17	5
67	はじめてヨガ	火	9:30	10:30	¥10,000	17	4
68	ヨガ	火	10:50	11:50	¥10,000	17	1
69	太極拳	火	12:10	13:10	¥10,000	17	満員
70	姿勢改善体操	火	13:30	14:30	¥10,000	17	3
71	アクティブフィットネス	火	14:50	15:50	¥10,000	17	14
72	美容骨盤エクササイズ	火	19:00	20:00	¥10,000	17	9
73	リフレッシュヨガ	水	9:30	10:30	¥10,000	17	4
74	ヘルシーヨガ	水	10:50	11:50	¥10,000	17	4
75	脂肪燃焼エアロ	水	12:10	13:00	¥10,000	15	5
76	ピラティス	水	13:30	14:30	¥10,000	17	満員
77	フラダンス	水	14:50	15:50	¥10,000	17	1
78	バレトン	水	19:00	20:00	¥10,000	17	6
79	ZUMBA	水	20:20	21:10	¥10,000		閉講
80	ヴィーナスヨガ	木	9:30	10:30	¥10,000	17	3
81	健康体操	木	12:10	13:10	¥10,000	17	1
82	ビューティー骨盤ケア	木	13:30	14:30	¥10,000	17	10
83	ZUMBA	木	14:50	15:40	¥10,000	15	12
84	はじめてのフラダンス	木	19:00	20:00	¥10,000	17	2
85	エアロピクス初級	木	20:20	21:10	¥10,000	15	12
86	リラックスヨガ	金	9:30	10:30	¥10,000	17	2
87	シェイプヨガ	金	10:50	11:50	¥10,000	17	10
88	Group Fight 45	金	12:10	12:55	¥10,000	15	2
89	はじめてのクラシックバレエ	金	13:30	14:30	¥10,000	17	1
90	フローヨガ	金	14:50	15:50	¥10,000	17	9
91	リラックスヨガ	金	16:10	17:10	¥10,000	17	8
92	シェイプ&筋トレ	金	19:00	20:00	¥10,000	17	7
93	ヨガ	金	20:20	21:20	¥10,000	17	13
94	Group Fight 45	土	12:40	13:25	¥10,000	15	2
95	ピラティスストレッチ	土	13:45	14:45	¥10,000	17	7
96	ピラティス	土	15:05	16:05	¥10,000	17	3
97	ZUMBA	土	16:25	17:15	¥10,000	15	満員
98	ヨガ	土	17:35	18:35	¥10,000	17	5
99	代謝アップ体幹ヨガ	土	18:55	19:55	¥10,000	17	12
100	肩こり腰痛解消体操	日	10:00	11:00	¥10,000	17	3
101	ピラティス	日	11:20	12:20	¥10,000	17	満員
102	ピラティス②	日	12:40	13:40	¥10,000	17	8
103	ヨガ	日	14:00	15:00	¥10,000	17	13
104	バレトン	日	15:20	16:20	¥10,000	17	12
105	ZUMBA	日	16:40	17:30	¥10,000	15	2