



ピーススタジオDAINO

エクササイズスタジオのP・STUDIO

P・SPO24会員なら、月額内で月10回までスタジオ利用可能！！

※レッスンは完全予約制です。予約のない方は入れません※スタジオ入室はインストラクターのチェック後レッスン開始10分前より可能です。

※代行等により予約サイトと担当インストラクターが異なる場合がございます。ご了承ください。

5月GWスケジュール				
	5/5日曜日	5/6月曜日	5/3金曜日	5/4土曜日
8:00				
10:00				10:15~11:00 ★★ Les Mills ボディコンバット 基本動作確認15 sanae
			11:00~11:45 ★★ エアロエクササイズ akemu	
11:00				
12:00				
13:00				
14:00				14:35~15:35 ★★★ Les Mills ボディパンプ60 Kurita
	15:00~15:45 ★★ FIGHT 00 (基本動作確認15) Masaaki			
16:00				
17:00	17:00~17:45 ★★★ Les Mills ボディコンバット sanae			
		17:45~18:30 ★★★ Les Mills ボディコンバット sanae		
18:00				
			19:00~19:45 ★★★ Les Mills ボディコンバット Sanae	
19:00				
20:00	20:30~21:15 ★★ 空手エクササイズ			
	Masaaki			
21:00				