

レッスンスケジュール

3月

	月	火	水	木	金	土	日		
9:00			定休日					9:00	
10:00								10:00	
11:00		暗闇ARTS 10:30~ 45分				暗闇RUSH 10:30~ 45分	前半:JUMP 後半:ZUMBA 11:00~	暗闇KICK 11:00~ 45分	11:00
	週替わり レッスン 11:30~				ほっとピラティス 11:00~ 45分	暗闇SAND 11:30~ 45分			
12:00					暗闇エアロ 12:00~ 45分		暗闇SAND 12:00~ 45分		12:00
	暗闇RUSH 12:30~ 30分	ほっとYOGA 骨盤調整 12:30~ 45分							
13:00							歪みリセット 13:00~ 30分	暗闇BURN 13:00~ 30分	13:00
		歪みリセット 13:30~ 30分							
14:00								暗闇YOGA ヴァンヤサ 14:00~ 45分	14:00
15:00									15:00

《Spring Campaign》

- * TRIAL FREE
- * 事務手数料 無料
- * 水素水2ヶ月分 サービス



↑ 無料体験予約

18:00	暗闇SAND 18:30~ 30分		定休日					18:00	
19:00		ほっとピラティス 19:00~ 45分			暗闇KICK 19:00~ 45分	暗闇JUMP 19:30~ 30分	19:00閉店		19:00
	暗闇Jトレ 19:30~ 30分								
20:00					暗闇ARTS 20:00~ 45分				20:00
	ZUMBA 20:30~ 45分	暗闇RUSH 20:30~ 45分				暗闇SAND 20:30~ 45分			
21:00					YOGA・歪みリセット 21:00~ 30分				21:00
22:00	22:00閉店				22:00閉店				22:00

lady's fitness
U-lead