

グラビティグループストレッチタイムスケジュール

火曜日

★15:30~16:00 小森 ★21:30~22:00 加藤



初心者コース ★11:00~11:30 永谷里

担当変更

水曜日

★10:30~11:00 永谷里 ★14:15~14:45 尾崎

木曜日

★14:45~15:15 徳田

金曜日

★11:15~11:45 徳田 ★20:00~20:30 永谷和

★13:00~13:30 市川

内容変更

土曜日

★16:00~16:30 松山

担当変更

日曜日

★11:30~12:00 うみ ★16:00~16:30 永谷和



初心者コースはグラビティを始めて5回目までの方が対象です
5回参加後は通常クラスへご参加ください

注意事項

- 1、定員は5名となります。レッスン参加には予約が必要となります。
- 2、予約に関しては、他のレッスン同様の規定となります。
- 3、途中入場、途中退場はご遠慮ください。
- 4、グループストレッチはシューズが必要です。
- 5、グラビティグループストレッチの参加は1日1回までとさせていただきます。