


スタジオ



インストラクター紹介

原田 あつ子

担当クラス
 レディースブートキャンプ
 ヨガコンディショニング
 セルフローラーマッサージ
 タオルエクササイズ
 フェイスエクササイズ
 エアフィット&ボール
 ウォーキング

簡単エアロ
 アンチメタボ タオルエクサ・整体
 アンチメタボ エクサ(タオルエクサ)
 エアフィットオールレベル
 易しい氣功法
 足のお手入れ 官足法



木村 理恵

担当クラス
 マットピラティス



根岸 美代子

担当クラス
 ビキナーカーディオ



RIE

担当クラス
 ビキナーエアロ



田辺 千鶴

担当クラス
 ベーシックステップ
 コンディショニングピラティス
 簡単エアロ



野中 智恵

担当クラス
 ピラティス
 ランランエアロ



KANA

担当クラス
 エアロFunk



CHIGUSA

担当クラス
 ヒップホップ



村松 朋子

担当クラス
 太極拳



Kyoko

担当クラス
 ルンルンエアロ



ユジナ

担当クラス
 ヨガ
 ビキナーエアロ



片岡 瑠明

担当クラス
 ボクシングエアロ
 ダンスエアロ



ホザンジェラ

担当クラス
 ララテンダンス



今井 晃子

担当クラス
 エアロシェイプ

※ 詳しいクラスの内容につきましてはメインページからスタジオプログラムにてご確認ください。