



2026・3・20(FRI) ♪春分の日



ワンタイムレッスン ♪特別プログラム



レスミルスピラティス(テクニック付)

10:00~11:00

in 体育館 定員:80名



Atsuko Shimada

ボテイコンバット

11:30~12:30

in 体育館 定員:80名



Atsuko Shimada

X55

13:00~14:00

in 体育館 定員:30名



Emi Kamimura



