

GRANDSPORT EXE スポーツクラブ グラン・スポール エグゼー番町

週替りレッスン「スタジオ」

10月14日(木)	12:30~	バレトン	片岡
10月17日(日)	12:00~	ファンダメンタルズ オープンクラス	三上
10月17日(日)	13:30~	ボディコンバット45	設楽
10月17日(日)	15:30~	GroupCentergy45	狩野
10月17日(日)	17:00~	ボディパンプ45	三上
10月19日(火)	21:00~	UBOUND45	畠山
10月20日(水)	13:15~	ファンダメンタル1	山内
10月20日(水)	14:30~	ボディパンプ45	加藤
10月21日(木)	12:30~	フラダンス	高橋(典)
10月24日(日)	12:00~	SH' BAM45	佐竹
10月24日(日)	13:30~	ファンダメンタル1	三上
10月24日(日)	15:30~	ボディパンプ45	三上
10月24日(日)	17:00~	ボディジャム45	佐竹
10月26日(火)	21:00~	UBOUND45	狩野
10月27日(水)	13:15~	エアリアルヨガ	山内
10月27日(水)	14:30~	ボディコンバット45	加藤
10月28日(木)	12:30~	バレトン	片岡
10月31日(日)	12:00~	barre	狩野
10月31日(日)	13:30~	ピラティス	設楽
10月31日(日)	15:30~	ボディコンバット45	設楽
10月31日(日)	17:00~	ボディアタック45	松川

代行レッスン「スタジオ」

--	--	--	--

変更レッスン「スタジオ」

--	--	--	--

週替りレッスン「ホットスタジオ」

10月17日(日)	13:15~	ホットリンパケア ストレッチ	狩野
10月17日(日)	15:00~	ホットヨガ	滑川
10月22日(金)	20:00~	ホットヨガ	熊谷(恵)
10月24日(日)	13:15~	ホットリンパケア ストレッチ	狩野
10月24日(日)	15:00~	ホットヨガ	目黒
10月29日(金)	20:00~	ホットヨガ	熊谷(恵)
10月31日(日)	13:15~	ホットリンパケア ストレッチ	狩野
10月31日(日)	15:00~	ホットヨガ	滑川

代行レッスン「ホットスタジオ」

変更レッスン「ホットスタジオ」
