

ボディコンサークル

GROUP 2

毎週日曜日 11:00-12:00

1か月パック 11,200円 全4回+ボーナスセッション
単発クラス 3,000円/1回

2月 年明け全身調整

2月6日、13日、20日、27日

3月 スクエアを確認しよう

3月6日、13日、20日、27日

4月 しなやかな背中を手に入れる

4月3日、10日、17日、24日

5月 骨盤周り おしりとおなかに愛情を!

5月8日、15日、22日、29日

6月 戻ってきた内転筋

6月5日、12日、19日、26日

8月 ハムストリングス使ってる?

8月7日、14日、21日、28日

9月 デリエール強化合宿

9月4日、11日、18日、25日

10月 フリーな肩と首を作ろう

10月2日、9日、16日、23日

11月 肋骨コントロール

11月6日、13日、20日、27日

12月 股関節回りの調整とリリース

12月4日、11日、18日、25日

スケジュールは予告なく変更される可能性があります