

8月11日(日)【山の日】レッスンスケジュール

アトリオドーエNext武蔵小山 9:00-20:00 / ※7月20日更新

	Aスタジオ	Bスタジオ	ピラティスエリア	
9:00				9:00
10:00	9:15~10:00 UBOUND VR	9:30~10:15 ベーシックピラティス Aoi	9:30~10:15 Hip&legs 佃 啓輔	10:00
11:00	10:15~11:00 BODY BLANCE 佐藤 薫	10:30~11:15 パワーヨガ Aoi	10:30~11:15 Back 高野 杏実	11:00
12:00	11:15~12:00 BODY JAM Shun	11:30~12:15 ステップアップピラティス LISA	11:30~12:15 Total Shape 高野 杏実	12:00
13:00	12:15~13:15 コピーダンス ~Le Sserafim「PerfectNight」~ 安井摩耶 ※イベント	12:30~13:15 フローピラティス Junko		13:00
14:00	13:30~14:15 ZUMBA Junko	13:30~14:00 姿勢改善 酒井一宏◆		14:00
15:00	14:30~15:15 BODY BLANCE LISA	14:40~15:25 ボディフロー 木澤 豊◆	14:45~15:30 Total Shape Junko	15:00
16:00	15:30~16:15 BODY COMBAT 桃乃	15:40~16:25 フリースタイルダンス入門 木澤 豊◆	15:45~16:30 Waist Junko	16:00
17:00	16:30~17:15 ベーシックピラティス momo	16:40~17:25 ジャズダンス入門 木澤 豊◆	16:45~17:45 Personal Junko	17:00
18:00	17:30~18:15 バレエ momo			18:00
19:00	18:30~19:15 ステップアップバレエ momo ※スクール			19:00

8月11日(日)【山の日】 有料イベント

アトリオドゥーエ武蔵小山 9:00-20:00

有料イベント

8月11日(日)山の日

★12:15～13:15★

コピーダンス

～Le Sserafim「PerfectNight」～

担当：安井摩耶

有名アーティストになりきって踊る

今話題のコピーダンスクラス♪

今回は、大人気K-POPアーティストLe Sserafimの

大ヒットナンバー「PerfectNight」♪

ダンス好きの方必見！

初めての方もK-POPダンスに興味があればウェルカム！

ご参加お待ちしております！

- 【公開日】 フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月19日(金) 12:00～
スタジオ・ジム/ジム/マイページ … 7月28日(日) 22:15～
- 【料金】 1,650円(税込)
- 【定員】 15名(最少催行4名)