

12月9日(水)

オンラインレッスンスケジュール

11:30~12:00 チェアエクササイズ 神林杏奈

12:15~13:15 ピラティス aya

14:00~14:15 FANFAN 体操 田中樹里

14:30~15:00 バリエーションストレッチ 田中樹里

19:00~19:30 やさしいAOK30 青木和也

