

♥TERRA FITNESS 週間スケジュール (2022.4)

ご予約は→ terratamagawa@gmail.com

TEL (070)1405-2200

	月	火	水	木	金	土	日				
				4/7.14.21.28							
10:00	4/4.18 10:00-10:45 リラックス ヨガ Nanae	4/11 10:00-10:45 太極拳 Sachiko	4/5.19 10:00-10:45 テラ多摩川サ ロン 体操30分:¥300 Tomoko	4/12.26 10:00-10:45 骨盤体操 (Q-ren) Tomoko	4/6.20 10:00-10:45 ZUMBA Mika	4/13.27 10:00-10:45 健康体操 (リン パピクス) Sachiko	9:30-10:15 TOMOKO 柴崎 ZUMBAサークル (テラチケット利用OK) Tomoko	4/8 10:00-10:45 骨盤体操 (Q-ren) Tomoko	4/22 10:00-11:00 無料 体験会	4/2.16.30 10:30-11:15 リズム英語遊び	毎週
11:00	4/18 11:00-11:45 美ューティ BodyWave Nanae	4/11.25 11:15-12:00 らくらく運動 Miho	4/5.19 11:00-11:45 やさしい ピラティス Tomoko	4/12.26 11:00-11:45 ZUMBA GOLD Reiko	4/6.20 11:00-11:45 ラテンエクスプレ スコンサルサ Sachiko	4/13.27 11:00-11:45 太極舞 Sachiko	↑4/21 (木) の柴崎サークル は、13周年スペシャル♥AYA. MIKA&TOMOKOのJOINTレッス ンです♥	4/1.8.15.22 11:30-12:45 ラテン&ZUMBA→75 ラテン基礎15+ZUMBA60 (参加費=チケット1枚+¥500) Tomoko	Zumbini Masaki (0-4才のお子様クラス)	ロボット教室 ヒューマンアカデミー	
12:00	4/4.18 12:30-13:15 ZUMBA Miho	4/11 12:30-13:15 ZUMBA Kyoko	4/5.19 13:00-13:45 ラテンエクスプレ スコンサルサ Tomoko	4/12.26 13:00-13:45 コアボール Tomoko	4/6.20 13:00-13:45 ZUMBA GOLD Miho			4/1.8.15.22 13:00-13:45 やさしいラテン Tomoko	4/9.23 13:00-13:45 ZUMBA GOLD Aya	4/2.16 13:00-13:45 ZUMBA GOLD Masaki	レンタル
14:00			4/5.12.19.26 14:00-14:45 ZUMBA Tomoko				4/14 14:00-14:45 アースヨガ Nanae	4/1.8.15.22 14:00-14:45 ZUMBA GOLD Tomoko			
			4/5.12.19.26 14:50-16:05 ラテン75 ラテン基礎30+ラテンエクスプレ スコンサルサ45 (参加費=チケット1枚+¥500) Tomoko	第1.3 16:30-18:00 ロボット教室 ヒューマンアカデミー	4/28 15:15-16:00 骨盤体操 (Q-ren) Kyoko	4/7.14 15:15-16:00 ボディメイクピ ラティス Kyoko	15:00-18:00 キッズ チアダンス (幼児-低学年) Natsuna				
	第2.4 16:30-18:00 ロボット教室	4/11 19:00-19:45 ZUMBA Tomoko	ティアラバレエ (幼児-低学年) 高山 操	4/20 19:00-19:45 ZUMBA Tomoko	4/13.27 19:00-19:45 ZUMBA Mika						

スタジオレッスン

ご予約はLINEが便利です


