



LeXy Fit 高茶屋 STUDIO LIVE PROGRAM

LES MILLS Live Program

LES MILLS BODYATTACK

火曜日 19:30~20:15
(担当: 橋本) 定員 **15** 名様

LES MILLS BODYPUMP

金曜日 19:30~20:15
(担当: 中瀬) 定員 **10** 名様

※プログラム開始 **15分前** から入室していただけます

Balletone® Something for everyBODY!

毎週 木曜日
19:30~20:15



定員先着
15 名様

プログラム開始 **15分前** から入室していただけます

KIDS DANCE

KIDS DANCE 会員様限定 Live レッスン

毎週 水曜日
18:00~19:00

インストラクター
HAZUKI

入会資格: 小学生
ご入会はフロントにて

YOGA

月曜日 19:30~20:15 (MIYAKO)
【エナジーフローYOGA】

水曜日 14:00~15:00 (戸神)
【リフレッシュヨガ】

土曜日 11:00~12:00 (Chica)
【ヨガストレッチ】



先着**15**名様

※開始 **15分前** から入室していただけます

マットピラティス

毎週 金曜日
14:00~15:00
定員 **15** 名



※開始 **15分前** から入室していただけます

簡単エアロ

毎週 水曜日
19:30~20:30
定員先着 **15** 名様



※プログラム開始 **15分前** から入室していただけます