

● レッスン開始25分前よりスタジオ抽選札を配布いたします。 ● 都合により、急遽クラスを変更する場合がございます。ご了承ください。 ● トレーニングシューズ不要のレッスンです。 ● ガイダンスはジムエリアにて実施致します。

● 安全管理上、レッスン開始以降の途中入場はご遠慮ください。 ● パラエティの内容は、毎月掲示板にて掲示いたしますのでご確認ください。 ● 初級の方でもご参加頂きやすいレッスンです。