

# スタジオナズー レッスンスケジュール

## ENJOYピラティス

### 毎週火曜日

前半 19 : 00 - (定員 3名)

後半 20 : 30 - (定員 3名)

## スーパートレーニング/ファイティングシェイプ

### 毎週木曜日

前半 19 : 00 - (定員 3名)

後半 20 : 15 - (定員 3名)

### その他お知らせ

※お電話のみの受付となります。

※ コロナウイルス感染予防対策の一環として人数制限をさせて頂いております。

また、換気・検温・手指消毒・シューズ消毒の徹底をしております。

※毎月第1週を前半スーパートレーニング後半ファイティングシェイプとして月内で交互に実施致します。

※ウイルス感染に関する情勢によりコース変更・休診などの可能性がございます。

ご予約受付 : 048-475-3309