

更新日： 2026/8/22

- …女性インストラクター
- …男性インストラクター
- …祝日レッスン
-  …初心者向けレッスン
-  …レッスン開始20分前、
指定場所にて抽選を行います。

【定員数】
レッスンにより定員数が異なります。
『9月スタジオプログラム説明』を
ご覧ください。

こちらのレッスンの参加は、
月額会員と都度利用（スタジオコース）
の方が可能です。