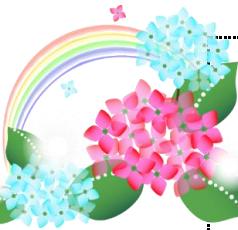


6
2016



June

★☆クラス紹介★☆

ベーシックルシー	月・火・木・土曜
フロールシー	隔週水曜
セルフマッサージ&ルシー	隔週木曜
夏のきれいルシー	金曜
サンデースペシャル	月1開催

全身の歪みや凝りを調整していき、初心者にもオススメのスタンダードなクラス
音楽に合わせて連続的にポーズを行うことで、より動かしやすい身体を作るクラス
ルーシーダットンにプラスして、身体に負荷をかけずに自分自身をマッサージしていくクラス
スタンダードなルーシーダットンにシーズン毎のお悩みを解消するポーズも取り入れたクラス
一週間の疲れを取り除き、また翌週も頑張れる身体を作るクラス

※ご予約の際は、メール(info@rusiedutton.com)もしくは、お電話(03-6435-3864)でLASSAまでご連絡を!

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 ◆19:00~20:00 フロールシー(朝倉)	2 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(犬塚)	3 ◆20:00~21:00 夏のきれいルシー(鈴木)	4
5	6 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(朝倉)	7 ◆19:30~20:30 ベーシックルシー(cayo)	8	9 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(犬塚) ◆19:00~20:15 セルフマッサージ&R(俵藤)	10 ◆20:00~21:00 夏のきれいルシー(鈴木)	11
12	13 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(朝倉)	14 ◆19:30~20:30 ベーシックルシー(cayo)	15 ◆19:00~20:00 フロールシー(朝倉)	16 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(大島)	17	18 ◇10:00~11:00 ベーシックルシー(松永)
19	20 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(朝倉)	21 ◆19:30~20:30 ベーシックルシー(cayo)	22 ◆19:00~20:00 フロールシー(朝倉)	23 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(犬塚) ◆19:00~20:15 セルフマッサージ&R(俵藤)	24 ◆20:00~21:00 夏のきれいルシー(cayo)	25
26	27 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(朝倉)	28 ◆19:30~20:30 ベーシックルシー(cayo)	29 ◆19:00~20:00 フロールシー(朝倉)	30 ◇11:00~12:00 ベーシックルシー(犬塚)		



お問合せ、
ご予約はこちら



7
2016

★☆クラス紹介★☆

- ベーシックルーシー
- フロールーシー
- セルフマッサージ & ルーシー
- 夏のきれいルーシー
- サンデースペシャル

月・火・木・土曜
隔週水曜
隔週木曜
金曜
月1開催

全身の歪みや凝りを調整していく、初心者にもオススメのスタンダードなクラス
音楽に合わせて連続的にポーズを行うことで、より動かしやすい身体を作るクラス
ルーシーダットンにプラスして、身体に負荷をかけずに自分自身をマッサージしていくクラス
スタンダードなルーシーダットンにシーズン毎のお悩みを解消するポーズも取り入れたクラス
一週間の疲れを取り除き、また翌週も頑張れる身体を作るクラス

※ご予約の際は、メール(info@rusiedutton.com)もしくは、お電話(03-6435-3864)でLASSAまでご連絡を!



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2 ◆10:30~11:30 ベーシックルーシー(松永)
	3 ◆11:00~12:00 ベーシックルーシー(朝倉)	4 ◆19:30~20:30 ベーシックルーシー(cayo)	5 ◆19:00~20:00 フロールーシー(朝倉)	6 ◆11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚)	7 ◆20:00~21:00 夏のきれいルーシー(鈴木)	8 9
10 ◆11:00~12:00 ベーシックルーシー(朝倉)	11 ◆19:30~20:30 ベーシックルーシー(cayo)	12 ◆19:00~20:00 フロールーシー(朝倉)	13 ◆11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚)	14 ◆19:00~20:15 セルフマッサージ & R(俵藤)	15 ◆20:00~21:00 夏のきれいルーシー(鈴木)	16
17 ◆10:30~11:45 サンデースペシャル ルーシー(朝倉)	18 ◆11:00~12:00 ベーシックルーシー(朝倉)	19 ◆19:00~20:00 フロールーシー(朝倉)	20 ◆11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚)	21 ◆19:00~20:15 セルフマッサージ & R(俵藤)	22 ◆20:00~21:00 夏のきれいルーシー(鈴木)	23 ◆10:00~11:00 ベーシックルーシー(松永)
24 ◆10:30~11:45 サンデースペシャル ルーシー(朝倉)	25 ◆19:30~20:30 ベーシックルーシー(cayo)	26 ◆19:00~20:00 フロールーシー(朝倉)	27 ◆11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚)	28 ◆19:00~20:15 セルフマッサージ & R(俵藤)	29 ◆20:00~21:00 夏のきれいルーシー(鈴木)	30 ◆12:00~13:00 ベーシックルーシー(松永)
31 ◆10:30~11:45 サンデースペシャル ルーシー(朝倉)						

今月のサンデースペシャルルーシーは、
6月分の振替の為、2回開催します。

July