



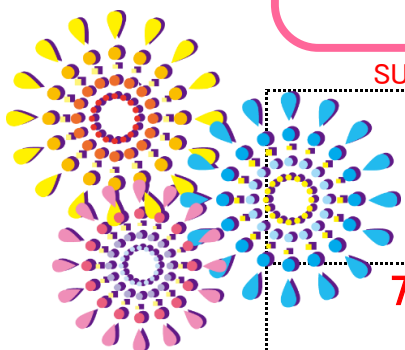
タイ伝統の自己整体 ルーシーダットン スタジオ Body Studio LASSA

お問合せ、
ご予約はこちら



8

2016



August

☆☆クラス紹介☆☆

| | | |
|---------------|----------|--|
| ベーシックルーシー | 月・火・木・土曜 | 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 |
| フロールーシー | 隔週水曜 | 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 |
| セルフマッサージ&ルーシー | 隔週木曜 | 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 |
| 夏のきれいルーシー | 金曜 | 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 |
| サンデースペシャル | 月1開催 | 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 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(鈴木) | 2 ◆19:30~20:30 ベーシックルーシー(cayo) | 3 ◆19:00~20:00 フロールーシー(朝倉) | 4 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚) | 5 ◆20:00~21:00 夏のきれいルーシー(鈴木) | 6 ◇12:00~13:00 ベーシックルーシー(松永) |
| 7 | 8 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(朝倉) | 9 ◆19:30~20:30 ベーシックルーシー(cayo) | 10 | 11 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚) | 12 | 13 ◇12:00~13:00 ベーシックルーシー(松永) |
| 14 | 15 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(朝倉) | 16 ◆19:30~20:30 ベーシックルーシー(cayo) | 17 ◆19:00~20:00 フロールーシー(朝倉) | 18 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚) | 19 ◆20:00~21:00 夏のきれいルーシー(鈴木) | 20 ◇12:00~13:00 ベーシックルーシー(松永) |
| 21 ◇10:30~11:45 サンデースペシャル ルーシー(朝倉) | 22 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(朝倉) | 23 ◆19:30~20:30 ベーシックルーシー(cayo) | 24 | 25 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚) ◆19:00~20:15 セルフマッサージ&R(俵藤) | 26 ◆20:00~21:00 夏のきれいルーシー(鈴木) | 27 |
| 28 | 29 ◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(朝倉) | 30 ◆19:30~20:30 ベーシックルーシー(cayo) | 31 ◆19:00~20:00 フロールーシー(朝倉) | | | |