

ご予約・
お問合せはこちら ▶



クラス紹介

ベーシックルーシー 月・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
 セルフマッサージ&ルーシー 毎週火曜 ルーシーダットンにプラスして、身体に出来る限り負荷をかけず、自分自身をマッサージしていくクラス
 フロールルーシー 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
 からだりセットルーシー 金曜 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

サンデースペシャル 毎月1回開催 月に一度のスペシャルプログラムで元気な身体を作るクラス
 ※ご予約は、右上のQRコードから、もしくはメール info@rusiedutton.com、お電話 03-6435-3864でLASSAまでご連絡ください！

Instagram



MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
	◆19:30~20:30 セルフマッサージ&R cayo		◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚) ◆19:00~20:00 ベーシックルーシー(tomomi)	◆19:00~20:00 からだりセットR 鈴木		
7	8	9	10	11	12	13
◇11:00~12:00 ベーシックルーシー 朝倉	◆19:30~20:30 セルフマッサージ&R cayo	◆19:00~20:00 フロールルーシー 朝倉	◇11:00~12:00 ベーシックルーシー(犬塚)	◇10:30~12:00 イベントレッスン		
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			