

2026年10月～12月

レッスン参加にあたっての注意点

CSライブレッスン

RECレッスン・・・インストラクターによる録画レッスン(REC)レッスンとなります。
LIVEレッスン・・・インストラクターによるリアルタイム(LIVE)レッスンとなります。