

2017.2.11(土)

Special Lesson



スタジオプログラムタイムスケジュール

	A スタジオ	B スタジオ
9:00		
	9:20~9:30 ラジオ体操	
	9:35~9:50 青竹体操	
10:00	10:00~11:00 大津 章代 KaQiLa ~カキラ~	
11:00		
	11:20~12:20 平川 貴恵 ボディパンフ	
12:00		
	12:40~13:25 西村 慶司 ボディコンバット 45	
13:00		
	13:45~14:15 UBOUND 30 平川 貴恵	
14:00		
	14:30~14:45 ストレッチポール 15 平川 貴恵	
15:00		
	15:00~15:45 小林 裕季 ZUMBA 45	15:00~15:30 西村 慶司 TOPRIDE 30
16:00		
	16:00~16:45 蟹藤 寿美子 シェイプアップエアロ	
17:00		
	17:00~18:00 ミルキ キッズバレエ A	
18:00		
	18:30~19:15 前川 真治 ボディメイクストレッチ	
19:00		
	19:30~20:15 前川 真治 シェイプアップエアロ	
20:00		
21:00		

... 初心者の方でも安心してお入りいただけます。

... [定員制] ご参加人数の上限が設定されています。