

◆ 1月土曜日 ◆

13:45~14:15
バラエティ

14:30~15:15
ヨガ

ストレッチポール 22名 担当：渡辺 Bスタジオ	4日	野々垣
トランポ 20名 担当：森下 Bスタジオ	11日	城間IR
バトルミックス 50名 担当：森下 Aスタジオ	18日	大島IR
ボディシェイパー 25名 担当：浅野 Aスタジオ	25日	浅野

土曜日★夜バラエティ

19:15~20:00 1月 20:15~21:00

休講

4

休講

ダンス初級 📖
担当 WUKE

11

ダンス初級
担当 WUKE

ノンストップBAILA
担当 伊藤早苗

18

ヨガ
担当 奥田京子

ZUMBA
担当 rico

25

ヨガ
担当 rico