

10月バラエティ

【日曜日】

4日	11日	18日	25日
13:30～14:15 AERO×BOX I 酒村	13:30～14:00 SHAPE×BOX キャスト	13:30～14:15 ZUMBA MAYUMI	13:30～14:00 POWER×BOX 佐々木
14:30～15:30 ヨガ 酒村	14:30～15:00 アクアレッシン キャスト	14:30～15:30 ヨガ NORI	14:30～15:00 アクアレッシン キャスト

【金曜日】

2日	9日	16日	23日	30日
19:30～20:00 BATTLE×BOX 佐々木	19:20～20:05 AERO×BOX I 酒村	19:30～20:00 BATTLE×BOX 佐々木	19:20～20:05 エアロビクス初級 大森	19:20～20:05 AERO×BOX I 酒村