

土曜 昼バラエティ

7月	時間	レッスン	担当
4日	13:00~13:30	SHAPE×BOX (ボディコン)	阿部
	13:45~14:15	POWER×BOX (シェイパー)	毛利
11日	13:00~13:45	BATTLE×BOX (バトルミックス)	阿部
18日	13:00~13:30	SHAPE×BOX (ボディコン)	松本
	13:45~14:15	POWER×BOX (シェイパー)	毛利
25日	13:00~14:00	リラックスヨガ	岩田