


~2025/12/28(日) スタジオプログラム~

12/28(日)			
	A スタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
	10:20(30)		
10:30	エアロ入門30 大林 		
11:00			
	11:10(30)	11:10(20)	
11:30	メガダンス30 河井	ちょこっと筋トレ 大林 	
12:00	12:00(30)	12:00(30)	
	アンジージャンプ 平野	ボディ パンプ30 佐藤 謙吾	
12:30			
	12:50(30)		
13:00	ボディ コンバット30 佐藤 謙吾		13:00~
			泳法撮影会 大林 平野
13:30	13:40(20)		
	ストレッチ		定員15名
14:00			<div>※携帯電話の持参 パスワード画面の解除を お願い致します。</div>
14:30			
15:00			