

2024年11月23日土曜日（勤労感謝の日）
プログラムスケジュール

スタジオ



10:00

9:45~10:45

BODYPUMP

阿波寄 熙子

定員25名

10:00

11:00

11:00~12:00

BODYATTACK

阿波寄 熙子

定員25名

11:00

12:00

12:00

13:00

12:45~13:45

BODYCOMBAT

上出 真

定員25名

13:00

14:00

14:00~15:00

BODYBALANCE

上出 真

定員25名

14:00

15:00

15:00

