



1月

日曜週替わりスタジオプログラムのお知らせ



1月7日

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ヨガ45 (ベーシックフロー)

担当：堀澤

1月14日

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ミドルステップ45

担当：中田

1月21日

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ミドルステップ45

担当：舟木

1月28日

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ミドルステップ45

担当：田端