

2024年10月

週替わりプログラム担当者

日・祝日プログラム		
①13:30～ ②15:00～		
6日 (日)	①ボディパンプ60(新曲) ②ボディコンバット60	中野 中野
13日 (日)	①ボディパンプ60 ②ZUMBA	中村(雅) 毛利
14日 (月・祝)	①ストレッチフロー ②エンジョイエアロ	北市 北市
20日 (日)	※イベント開催のためクローズ	
27日 (日)	①ピラティスベーシック ②ZUMBA	高橋 高橋

土曜プログラム		
19:30～		
5日	ピラティスベーシック	長谷川
12日	ピラティスベーシック	杉原
19日	ピラティスベーシック	長谷川
26日	エンジョイエアロ	藤田(未)

2024年9月20日現在