

エイム21 2025年12月 土曜・日祝週替わりプログラムスケジュール

	日付		12月6日（土）	12月13日（土）	12月20日（土）	12月27日（土）
クリリタルスタジオ	10：00～	ホットYOGAek45	神谷	長山	杉浦	津田

	日付		12月7日（日）	12月14日（日）	12月21日（日）	12月28日（日）
スーパースタジオ	10：30～	週替わりレッスン	エンジョイエアロ 村田			エンジョイエアロ 北市
	12：00～	週替わりレッスン	ボディパンプ60 宮川	ボディパンプ60 藤田	レズミルスコア 15tech+30 宮川	メガダンス60 北市
	13：30～	週替わりレッスン		ボディコンバット60 藤田	13：00～ ボディジャム60 高瀬	13：30～15：15 ボディジャムイベント
	15：00～	週替わりレッスン			14：30～17：00 レズミルズイベント	
	16：30～	週替わりレッスン				

クリスタルスタジオ		ホットYOGA45	15：30～ ホットYOGA45do 細川	11：00～ ホットYOGA45ek 細川	11：00～ ホットYOGA45do 細川	13：30～ ホットYOGA45ek 細川
-----------	--	-----------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------