

2026年2月

週替わりプログラム担当者

日曜・祝日プログラム		
①13:45～ ②15:00～		
1日	※14:00～ ①ボディパンプ	藤田(未)
(日)	※15:15～ ②ボディコンバット	藤田(未)
※開始時間に変更になっております。ご注意ください。		
8日	①ヨーガ	山岸
(日)	②ボディコンバット	中村(賢)
15日	①ボディパンプ	中村(慎)
(日)	②ボディコンバット	中村(慎)
22日	①ピラティスベーシック	杉原
(日)	②ボディコンバット	杉原
23日	①ヨーガ	藤田(尚)
(月・祝)	②はじめてヒップホップ	藤田(尚)

土曜プログラム		
18:30～※		
7日	ピラティスベーシック	長谷川
14日	エンジョイエアロ	舟木
21日	エンジョイエアロ	新出
28日	ピラティスベーシック	長谷川

2026年1月19日現在