日曜日週替わりレッスン予定表

8月5日	8月12日
12:30～13:20 エンジョイエアロ 50(若月)	12:30～13:20 エンジョイエアロ 50(若月)
13:30～14:30 DDD HOUSE WORKOUT 60(村山)	13:30～14:30 DDD HOUSE WORKOUT 60(村山)
14:45～15:45 LesMILLS BODYBALANCE 60(原山)	14:45～15:15 MEGADANZ 30(Rie)
16:00～16:30 LesMILLS BODYSTEP 30(小林博)	15:30～16:00 RADICAL FITNESS UBOUND 30(Rie)
16:45～17:30 LesMILLS BODYCOMBAT 45(倉島)	16:15～16:45 LesMILLS BODYCOMBAT 30(小林博)
17:45～18:45 リラクゼーションヨガ 60(EMI)	17:00～17:30 LesMILLS BODYSTEP 30(小林博)
	17:45～18:45 ストレッチポール 60(EMI)