

# 日曜日週替わりレッスン予定表

1月6日	1月13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 <b>DDD/HOUSE</b> WORKOUT 60(村山)	13:30~14:30 <b>DDD/HOUSE</b> WORKOUT 60(村山)
14:45~16:00  LESMILLS BODYSTEP <b>新曲発表</b> (小林博)	14:45~16:00  LESMILLS BODYBALANCE <b>新曲発表</b> (原山&小林博)
16:15~17:30  LESMILLS RADICAL FITNESS UBOUND <b>新曲発表</b> (Rie)	16:15~17:30  LESMILLS BODYPUMP <b>新曲発表</b> (倉島&遠山)
17:45~18:45 テトックスヨガ 60(EMI)	17:45~18:45 ポールストレッチ 60(EMI)