

# 1月 日祝バラエティ

11:00

13:30

15:00

4日  
(月)

♥ エアロ2 45分  
杉本ゆ(レベル2)

ボディコンバットテック 10分  
ボディコンバット 45分  
遠藤(レベル3~4)

♥ コアコン 45分  
廣山(レベル1)

10日

ステップ3 45分  
赤井(レベル3)

FULLBOX®新曲 45分  
山川(レベル3)

ボディジャムテック 10分  
ボディジャム 45分  
遠藤(レベル3~4)

11日  
(月)

整理券  
RITMOS® 新曲 45分  
長田(レベル4)

ポディアタック 45分  
遠藤(レベル3~4)

♥ コアコン 45分  
廣山(レベル1)

17日

♥ コアトレ 45分  
廣山(レベル1)

ボディコンバット 45分  
遠藤(レベル3~4)

ボディジャム 45分  
遠藤(レベル3~4)

24日

♥ エアロ2 45分  
植木(レベル2)

FULLBOX®新曲 45分  
山川(レベル3)

ポディアタック 45分  
遠藤(レベル3~4)

31日

♥ コアトレ 45分  
廣山(レベル1)

HIITトレーニング 45分  
遠藤(レベル4~5)

ボディコンバット 45分  
遠藤(レベル3~4)