

2月 日祝バラエティ

11:00

13:30

15:00

7日

 コアトレ 45分
廣山(レベル1)

ボディアタック 45分
遠藤(レベル3~4)

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)

11日
(木)

整理券

RITMOS®MIX 45分
長田(レベル4)

FULLBOX®MIX 45分
山川(レベル3)

ブレイシングヨーガ 45分
 北村(レベル1)

14日

ボディジャム 45分
遠藤(レベル3~4)

エアロ3 45分
杉本ゆ(レベル3)

ボディアタック 45分
遠藤(レベル3~4)

21日

ボディジャム 45分
遠藤(レベル3~4)

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)

28日

 エアロ2 45分
植木(レベル2)

ステップ3 45分
赤井(レベル3)

ボディコンバット 45分
遠藤(レベル3~4)

3月 日祝バラエティ

11:00

13:30

15:00

整理券

7日

RITMOS®MIX 45分
長田(レベル4)

ボディコンバット 45分
遠藤(レベル3~4)

♥ コアトレ 45分
廣山(レベル1)

14日

♥ エアロ2 45分
植木(レベル2)

HIT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)

20日
(土)

ボディジャム 45分
遠藤(レベル3~4)

FULLBOX®MIX 45分
山川(レベル3)

ボディアタック 45分
遠藤(レベル3~4)

21日

ステップ3 45分
赤井(レベル3)

エアロ3 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)

28日

♥ エアロ2 45分
植木(レベル2)

ボディアタック 45分
遠藤(レベル3~4)

ボディコンバット 45分
遠藤(レベル3~4)