

8月 日祝バラエティ

4日

10時30分～11時15分
UBOUND 45分
眞壁(レベル3)

11時30分～12時15分
FIGHT DO 45分
眞壁(レベル3)

11日

11時～11時45分
ステップ3 45分
赤井(レベル3)

14時～14時45分
コアトレ&コアコン
廣山(レベル1)

12日
(祝月)

11時～11時45分
UBOUND 45分
北村×眞壁(レベル3)

12時～12時30分
ボディシェイプ 30分
北村(レベル2)

12時45分～13時30分
ブレイシングヨーガ
北村(レベル1)

18日

10時15分～11時
ピラティス 45分
SHIORI(レベル2)

11時15分～12時
BODYATTACK 45分
SHIORI(レベル3)

25日

13時～13時45分
エアロ3 45分
渡邊(レベル3)

14時～14時45分
レズミルズダンス
杉本(レベル3)