

1月 日祝バラエティ

5日

10時30分～11時15分

メガダンス 45分
渡邊(レベル3)

11時30分～12時15分

ヨガ 45分
渡邊(レベル1)

12日

10時30分～11時15分

FIGHT DO 45分
眞壁(レベル3)

11時30分～12時15分

UBOUND 45分
眞壁(レベル3)

13日
(祝月)

11時～11時45分

ボディシェイプ
北村(レベル2)

12時～12時45分

ステップ3 45分
赤井(レベル3)

13時～13時30分

コアコンディショニング
北村(レベル1)

19日

13時～13時45分

レズミルズダンス 45分
杉本(レベル3)

14時～14時30分

スライブ 30分
(レベル2)

26日

10時30分～11時15分

FIGHT DO 45分
眞壁(レベル3)

11時30分～12時15分

UBOUND 45分
眞壁(レベル3)