

11月 日祝バラエティ

2日

10時30分～11時15分
BODYBALANCE45FX
田中(レベル1)

12時～12時45分
ステップ3 45分
HIROKO(レベル3)

3日
(祝月)

10時30分～11時15分
全身メンテナンスヨガ
YUKO(レベル1)

11時30分～12時15分
スライブ 45分
祐也(レベル2)

9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
パワーヨガ 45分
渡邊(レベル1)

16日

10時30分～11時15分
FIGHT DO 45分
Shun(レベル3)

11時30分～12時15分
UBOUND 45分
Shun(レベル3)

23日

13時30分～14時15分
レズミルズダンス 45分
YUNA(レベル3)

14時30分～15時15分
コアトレ&コアコン 45分
HIRO(レベル1)

24日
(祝月)

11時～11時45分
OXIGENO 45分
翼(レベル1)

12時～12時30分
ボディシェイプ 30分
翼(レベル2)

12時45分～13時15分
コアコンディショニング
30分 翼(レベル1)

30日

11時～11時45分
ZUMBA 45分
川崎(レベル3)

12時30分～13時15分
スライブ 45分
祐也(レベル2)