

1月8日(月) 成人の日

10:00 OPEN

10:00

10:30

はじめてエアロ 安立
10:15~10:45

11:00

11:30

癒しのヨガ
11:00~12:00 安立

12:00

12:30

ボディバランス30
12:15~12:45 中村

13:00

13:30

ボディアタック60
13:00~14:00 齋藤

14:00

14:30

15:00

体操スクール<リトル>
14:30~15:30

15:30

16:00

16:30

体操スクール<キンダー>
15:45~16:45

17:00

17:30

体操スクール<児童>
16:45~17:45

18:00

18:30

チアダンス II
18:15~19:15

19:00

19:00 CLOSE