



# ゴールドジム サウス東京

## 4月29日(土・祝)スタジオプログラム

4

INSTRUCTOR

10:00	レギュラーステップ 中上級 10:00~11:00	宮崎 正和
11:00	シンプルステップシェイプ 11:10~11:40	宮崎 正和
12:00	ファットバーン 初級 11:50~12:35	遠藤 靖雄
13:00	パワーヨガ 中上級 12:45~14:15	利根川 浩子
14:00		
15:00	ステップシェイプ 初中級 14:30~15:20	遠藤 靖雄
16:00	ハウス 中級 16:00~17:15	AKKO
17:00		
18:00	ヒップホップ 初級 17:30~18:30	幸(みゆき)