

7月20日(月) 祝日プログラム

10:30-10:50

コンディショニング

担当:スタッフ

11:00-12:00

フールーシー

担当:西田

12:15-13:15

シェイプエアロ

担当:柴田

13:30-14:30

ピラティス

担当:芹田

14:45-15:45

CFK

担当:沙弥子

16:00-17:00

ZUMBA

担当:アリーナ