

5月5日(金)こどもの日 プログラムスケジュール

5/5(金)こどもの日	
第1スタジオ	第2スタジオ
10:00	
11:00	
10:30~11:20 エアロ50 花田純子	
12:00	11:30~11:45 キュキュッとウエスト15 トレーナー
11:35~12:20 GroupFight45 榎田梨乃	11:50~12:05 adidasGYM&RUN15 トレーナー
13:00	定 12:30~13:10 骨格リセットエクササイズ40 塚脇麻衣
12:35~13:20 ZUMBA(45min) 早弥香	
14:00	定 be 13:30~14:10 ボディメイクヨガ40 塚脇麻衣
13:40~14:30 エアロ50 早弥香	
15:00	15:05~15:20 キュキュッとウエスト15 トレーナー
14:45~15:45 リトモス60 山本純子	定 15:30~15:50 ストレッチポール20 トレーナー
16:00	
16:00~16:45 パレトン45 高田侑希	
17:00	定 17:10~17:30 ストレッチポール20 トレーナー
定 17:00~18:00 GroupPower60 小林実咲	
18:00	
19:00	
20:00	

※担当インストラクターは変更になる場合がございます。あらかじめ、ご了承ください。