

9月 日祝バラエティ

1日

10時30分～11時15分
FIGHT DO 45分
眞壁(レベル3)

11時30分～12時15分
ステップ3 45分
赤井(レベル3)

8日

13時～13時45分
エアロ3 45分
渡邊(レベル3)

14時～14時45分
ヨガ 45分
渡邊(レベル1)

15日

10時30分～11時15分
FIGHT DO 45分
眞壁(レベル3)

11時30分～12時15分
UBOUND 45分
眞壁(レベル3)

16日
(祝月)

11時～11時45分
コアトレ&コアコン
廣山(レベル1)

13時～13時45分
FULLBOX
岡森(レベル3)

14時15分～15時
レズミルズダンス
岡森・杉本(レベル3)

22日

12時～12時30分
スイマーズトレーニング
西尾(レベル1)

15時～15時45分
ピラティス 45分
長谷川(レベル1)

23日
(祝月)

11時～11時45分
ボディシェイプ 45分
北村(レベル2)

12時～12時30分
ブレイシングヨーガ
北村(レベル1)

29日

10時30分～11時15分
FIGHT DO 45分
眞壁(レベル3)

11時30分～12時15分
UBOUND 45分
眞壁(レベル3)