

# 12月 日祝バラエティ

1日

10時30分～11時15分  
UBOUND 45分  
眞壁(レベル3)

11時30分～12時15分  
FIGHT DO 45分  
眞壁(レベル3)

8日

10時30分～11時15分  
エアロ3 45分  
渡邊(レベル3)

11時30分～12時15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)

22日

13時～13時45分  
レズミルズダンス 45分  
杉本(レベル3)

14時30分～15時  
コアコンディショニング  
西尾(レベル1)

29日

10時30分～11時15分  
ステップ3 45分  
赤井(レベル3)

14時～14時45分  
コアトレ&コアコン  
廣山(レベル1)