

9月23日（月・秋分の日） 祝日スタジオプログラム



10:00		
10:30	エアロ初級45	11:15
11:00	熊谷 真美子	
	強度：★★☆	
11:30	リラックスヨガ45	12:15
12:00	ERIKA	
	強度：★☆☆	
12:45	コアトレ	13:00
13:00	強度：★☆☆	
13:15	ピラティス45	14:00
14:00	小坂 恵美	
	強度：★★☆	
14:15	リラックスヨガ45	15:00
15:00	小坂 恵美	
	強度：★☆☆	
16:00		
17:00		
18:00		



※ プログラム開始以降の参加はご遠慮ください。
 ※ 18:00以降のプログラムは休講となります。