

4月15日から4月26日までのスタジオ変更

3週目		4週目		5週目
4月15日 (月) 19:10～	ボディコンバット 45(新海) ※予定通り実施	4月22日 (月) 19:10～	ボディコンバット 45(新海) ↓ ボディコンバット 60(VR)	※4月27日(土) 4月30日(火) 5月2日(水) は別スケジュールで ご案内致します。 再度お知らせ致しますので お待ちください。
4月17日 (水) 18:30～	筋膜ストレッチ ↓ 18:20～ ボディバランス30 (VR)	4月23日 (火) 18:30～	シェイプアップ (新海) ↓ ボディバランス ビギナー(VR)	
4月18日 (木) 18:30～	エアロ30 (新海) ↓ シバム30 (VR)	4月24日 (水) 18:30～	筋膜ストレッチ ↓ 18:20～ ボディバランス30 (VR)	