



5月15日までのスタジオプログラム変更のお知らせ

第2週目		第3週目	
8日（水） 19：00～	ボディコンバット60 （VR）  ボディコンバット60 （新海）	13日（月） 10：30～	週替わりレッスン  青竹ビクス（渡邊）
9日（木） 14：10～	週替わりレッスン  青竹ビクス（渡邊）	13日（月） 14：10～	ボディコンバット30 （新海）  ボディコンバット30 （VR）
11日（土） 11：00～	エアロ30（新海）  ボディコンバット30（VR）	15日（水） 18：30～	筋膜ストレッチ  18：20～ ボディバランス30（VR）