

祝日プログラム

8/11(火)9:00~18:00

10:00~10:40

ウェーブリング
ストレッチ40
面家

11:00~11:30

ステップ台
エクササイズ30
面家

13:30~14:10

メガダンス40
矢崎

14:30~15:10

エアロビクス40
川渕

15:30~16:00

ヨガ30
面家