

3月20日(木)祝日プログラム

日にち	クラス	担当
10 : 30 ~ 11 : 15	バレトン (強度 : 😊 20名)	山田
11 : 30 ~ 12 : 30	ZUMBA (強度 : ★★ 20名)	山田
12 : 45 ~ 13 : 15	ウエーブストレッチ (強度 : 😊 14名)	スタッフ
13 : 30 ~ 14 : 15	FIGHT DO (強度 : ★★ 18名)	原田
14 : 30 ~ 15 : 30	マッスルトレーニング (強度 : ★★★ 14名)	原田