

8月

バラエティー
(週替わり)

毎週土曜日

第1スタジオ(15:30~16:30)

第2スタジオ(14:10~14:55)

第1スタジオ		15:30~16:30
	内容	担当
5日	美尻エクササイズ & ウエストシェイプ 定員40名 (要予約)	中川
12日	ストレッチポール EX 定員25名 (要予約)	吉田
19日	身体調整ストレッチ 定員40名 (要予約)	越本
26日	ZUMBA	米田

第2スタジオ		14:10~14:55
	内容	担当
5日	ストリートダンス	上坂
12日	ソフトカロリーバーナー	吉田
19日	KaQiLa(カキラ) 「ろっ骨エクササイズ」 定員20名 (要予約)	河内
26日	陰ヨガ 定員20名 (要予約)	柳田