

10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
7日	ZUMBA	米田
14日	ストレッチポールEX 定員25名 (要予約)	吉田
21日	KaQiLa(カキラ) 「ろっ骨エクササイズ」 定員40名 (要予約)	河内
28日	オリジナルエアロ	富田(大)

第2スタジオ		14:10~14:55
	内容	担当
7日	ZUMBAGOLD	米田
14日	陰ヨガ 定員20名 (要予約)	柳田
21日	身体調整ストレッチ 定員20名 (要予約)	上坂
28日	オリジナルステップ 定員18名 (要予約)	富田(大)