

日曜日 バラエティー枠 2024年12月

	1日	8日	15日	22日	29日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10:00					
10:30	10:30~(45) ZUMBA 新堂	10:30~(45) はじめてのバレトン 桑山		10:30~(45) DISCO WORLD 奥村	
11:00					
11:30	11:30~(45) エンジョイダンス 新堂	11:30~(45) バレトン 桑山		11:30~(45) スパイン&プレス 奥村	
12:00					
12:30					

15日
スイミング
クリスマス会の為
休講と
させていただきます。

29日
休館日

日曜日 バラエティー枠 2025年1月

	5日	12日	19日	26日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10:00				
10:30	10:30~(45) フローヨガ 戸谷	10:30~(45) 初級エアロ 鵜飼	10:30~(45) アシュタンガヨガ YUKI	10:30~(45) 初めてのフラダンス 後藤
11:00				
11:30	11:30~(45) 検討中 お楽しみに!	11:30~(45) ZUMBA 鵜飼	11:30~(45) リラックスヨガ YUKI	11:30~(45) SALSATION® GO
12:00				
12:30				