

日曜日 バラエティー枠 2025年2月

	2日	9日	16日	23日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10:00				
10:30	10:15~11:15 (60) SALSATION® EMI	時間変更!! 10:30~(45) BODY BALANCE 野田	10:30~(45) 筋膜リリース 水谷 み	10:30~(45) 初級エアロ AYUMI
11:00				
11:30	11:30~(45) ZUMBA EMI	11:30~(45) BODY COMBAT 野田	11:30~(45) オリジナルソングで 踊ろう 水谷 み	11:30~(45) バレトン AYUMI
12:00				
12:30				

日曜日 バラエティー枠 2025年3月

	2日	9日	16日	23日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10:00				
10:30	10:30~(45) リンパ体操 岡部	10:30~(45) HIP HOP SHOWGO	10:30~(45) 初級エアロ 新	10:30~(45) DISCO DANCE 奥村
11:00				
11:30	11:30~(45) ヨガ整体 岡部	11:30~(45) ジャズ HIPHOP SHOWGO	11:30~(45) バランス コーディネート 新	11:30~(45) スパインケア &ブレス 奥村
12:00				
12:30				

フェイスタオル
2枚必要です