

# 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) バランス コーディネーション 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) 初級エアロ 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枚ご持参ください

# 日曜日 バラエティー枠 2025年4月

	6日	13日	20日	27日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10:00				
10:30	10:30~(45) BODY BALANCE 野田	10:30~(45) 初級エアロ 鵜飼	10:30~(45) 初級エアロ AYUMI	10:30~(45) アシュタンガヨガ YUKI
11:00				
11:30	11:30~(45) BODY COMBAT 野田	11:30~(45) ZUMBA 鵜飼	11:30~(45) バレトン AYUMI	11:30~(45) リラックスヨガ YUKI
12:00				
12:30				