

JOYFIT東手城年末年始 スタジオプログラム

	12月29日(月)	12月30日(火)	12月31日(水)	1月1日(木)	1月2日(金)	1月3日(土)
	スタジオA	スタジオA	スタジオA	スタジオA	スタジオA	スタジオA
10:00				<div>スタッフ 常駐時間</div> <div>12月29日(月) 10:00～16:00 12月30日(火) 10:00～16:00 12月31日(水) 10:00～16:00 1月 1日(木) 12:00～16:00 1月 2日(金) 10:00～16:00 1月 3日(土) 10:00～16:00</div>		
11:00	10:30～11:15 ゆるほぐ SHIGE 	10:30～11:15 ダンス トレーニング SEFUMI 	10:30～11:15 リラックスヨガ 江島 		10:30～11:15 エアロビクス ～初級編～ 野村 	10:30～11:15 ZUMBA Mai 
12:00	11:30～12:15 エアロビクス &ストレッチ ～初級編～ YUI 	11:30～12:15 HIPHOP ～初級編～ SEFUMI 	11:30～12:15 ZUMBA 江島 		11:30～12:15 HIPHOP ～初級編～ SEFUMI 	11:30～12:15 OXIGENO ～バックナンバー～ 荒木 
13:00	12:30～13:15 ムーンサイクル ヨガ YUI 	12:30～13:15 エアロビクス ～初級編～ 野村 	12:30～13:15 UBOUND 原田 	12:30～13:30 UBOUND ～新春SP～ 荒木×河合 ×原田 	12:30～13:15 HIPHOP ～上級編～ SEFUMI	12:30～13:15 UBOUND ～バックナンバー～ 荒木 
14:00	13:30～14:15 民族ダンス ～アフロ・ラテン・ オリエンタル～ NATALIA	13:30～14:15 エアロビクス ～中級編～ 野村	13:30～14:30 ボディアタック ～年納めSP～ 河合×野村 	13:45～14:30 FIGHT DO ～バックナンバー～ 河合 	13:30～14:15 ボディアタック ～新曲発表～ 野村 	13:30～14:15 ゆるほぐ SHIGE 
15:00						