










11月(3,4,23)祝日スタジオプログラム

スタジオプログラムに一部変更がございます。
内容をご確認の上、お越しくださいますようお願い申し上げます。

JOYFIT 24 津桜橋

		スタジオ		
		11月3日(日)	11月4日(月)	11月23日(土)
9:15				
9:30		あさヨガ Ryoma◆ 9:15~9:45		
9:45			ピラティス 浦野◆ 9:15~10:15	 リラックスヨガ Sachiko 9:15~10:15
10:00				
10:15		リラックスヨガ Ryoma◆ 10:00~10:45		
10:30				
10:45			ZUMBA ヤニナ 10:30~11:15	ZUMBA Hiromi 10:30~11:15
11:00				
11:15		やさしいエアロ 古賀 11:00~11:45		
11:30				
11:45			CHOREOLOGY FUKU 11:30~12:30	リトモス MAYUMI 11:30~12:30
12:00				
12:15		ファイトdeエアロ 古賀 12:00~12:45		
12:30				
12:45				
13:00			美脚ヨガ 高垣 12:45~13:30	
13:15		GROUP CENTERGY45 HISAKO 13:00~13:45		
13:30				
13:45				
14:00				
14:15				かんたんステップ 谷 14:00~14:45
14:30				
14:45				
15:00				
15:15				やさしいエアロ 谷 15:00~15:45
15:30				
15:45				
16:00				
16:15				
16:30				
17:00				