

11月4日(月)振替休日 祝日プログラム

営業時間
9:00~18:00
最終受付17:30

10:00~10:30	チェアエクササイズ30	面家
11:00~11:30	かんたんエアロ30	渋江
13:30~14:00	ステップ台エクササイズ30	面家
14:30~15:10	骨盤体操40	國重
15:30~16:10	ミドルエアロ40	渋江
16:30~17:00	ウェーブリング30	國重