

12月土曜日の週替わりプログラム

12/6 HINA

15:00～15:45 ダンサーズストレッチ

16:00～16:45 K-POP

1

12/13 hinano

15:00～15:45 ジャズ

16:00～16:45 K-POP

2

12/20 室伏美由紀

15:00～15:45 KAYA®ストレッチ

16:00～16:45 KAYA®トレーニング

3

12/27 吉澤朱里

15:00～15:45 ヒップホップ

16:00～16:45 GIRLSHIPHOP

4



12月日曜日の週替わりプログラム

12/7 MIREI

15:00~15:45 K-POP

16:00~16:45 ヒップホップ

1

2

12/14 MIKA

15:00~15:45 ファンクショナルコンディショニング

16:00~16:45 ヨガ

12/21 いく

15:00~15:45 フラ

16:00~16:45 モナリザエクササイズ

3

4

12/28 hinano

15:00~15:45 ジャズ

16:00~16:45 K-POP

