

1月土曜日の週替わりプログラム

1/10 MIREI

15:00~15:45 K-POP

16:00~16:45 ヒップホップ

1

1/17 MIREI

15:00~15:45 K-POP

16:00~16:45 ヒップホップ

2

1/24 HINA

15:00~15:45 ダンサーズストレッチ

16:00~16:45 K-POP

3

1/31 hinano

15:00~15:45 ジャズ

16:00~16:45 K-POP

4



1月日曜日の週替わりプログラム

1/4 Kaya

15:00~15:45 コンディショニングストレッチ

16:00~16:45 ピラティス

1

1/18 hinano

15:00~15:45 ジャズ

16:00~16:45 K-POP

3

1/25 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

4

