

11月3日(祝) プログラム			時間
アリーナ	スタジオ	ジムエリア	
			10:00
			11:00
 11:30~12:00 筋膜リリース 森	11:30~12:15 ホットピラティス		
	松山		12:00
 12:30~13:00 コンバット	 12:30~13:15 ホットベーシックヨガ		
	★ 松山		13:00
	 13:35~14:20 シェイプアップヨガ		
14:00~14:45 ラテンダンス basic styling 山本	出口		14:00
	 14:35~15:20 リラックスヨガ		
15:00~15:50 ZUMBA50 山本	出口		15:00
			16:00
17:00~18:00 Jrスクール アドベンチャー 6(シックス)			17:00
			18:00