

1月8日(月) 祝日プログラム			時間
アリーナ	スタジオ	ジムエリア	
			10:00
11:00~11:45 ラテンダンス 山本	11:15~12:00 ホットゆるとれ 坂上		11:00
12:00~12:50 ZUMBA50 山本	12:15~13:00 ホットヨガ 坂上		12:00
13:00~13:45 カキラ kimiko	13:10~13:55 ホットヨガビギナー 有料登録制 長谷川		13:00
14:00~14:45 中級エアロ 坂上	14:25~15:10 骨盤調整ヨガ 長谷川		14:00
15:00~15:45 Slow flow ヨガ 藤本			15:00
			16:00
16:30~17:15 Jrスクール キッズ ダンス			17:00
17:30~18:30 Jrスクール ジュニア ダンス			18:00
			19:00