

スペシャルスタジオプログラム



10月10日(水)



11:00~11:45/45分

6Fスタジオ

かんたん筋肉トレーニング



佐藤(雄)

14:30~15:30/60分

定員13名

ポールコンディショニング

※ストレッチ用ポールを使い、体を整えていきましょう♪



櫻井

18:00~18:45/45分

HIPHOP



木村