

# 祝日スタジオプログラム

 11月3日(土) 

11:00~12:15/75分

自分の体をメンテナンスしませんか♪

## 骨盤コンディショニング



法身

13:30~14:30/60分

## エンジョイダンス



塩野

16:00~17:00/60分

## やさしいエアロ60



安孫子