

祝日スタジオプログラム

8月9日（祝・月）

10:30~11:30/60分

やさしいSTEP

定員/20名

櫻井

13:00~14:00/60分

かんたん筋トレ

定員/25名

大津

14:30~15:30/60分

脂肪燃烧

~効果絶大全身痩せトレーニング+若返りストレッチ付き~

定員/30名

伊藤

16:00~17:00/60分

HIPHOP

定員/30名

木村