

11月3日(火) 祝日プログラム

11:00-12:00

バレトン

担当: Non

12:15-13:15

グループパワー

担当: Non

13:30-14:20

ZUMBA

担当: 溝口

14:35-15:25

フラスタイルエクササイズ

担当: NAO MY

15:40-16:30

身体コンディショニング

担当: NAO MY

16:45-17:35

シェイプステップ

担当: 石河

GOLD'S GYM®

YOKOHAMA KAMIHOSHIKAWA