

フィットネスショートプログラムスケジュール

2024年5月改定

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日		
時間	項目	定員	時間	項目	定員	時間	項目	定員	時間	項目	定員
10:00-10:30	ヨガ	8	11:00-11:30	ヨガ	8	12:00-12:30	ヨガ	8	11:00-11:30	ヨガ	8
金曜日			土曜日								
時間	項目	定員	時間	項目	定員						
10:00-10:30	ヨガ	8	10:30-11:00	ヨガ	8						