

若松スタジオ店 8月11日(金)祝 タイムスケジュール

10:00		
10:30	10:15~10:45 モーニングレッスン	
11:00		
11:30	11:00~11:30 はじめてステップ 畑中	
12:00	11:45~12:15 TRX	
12:30		
13:00		
13:30	13:00~13:30 ストレッチ	
14:00		
14:30	13:45~14:05 トライジャンプ入門	
15:00		
15:30		
16:00		
16:30	16:30~16:50 TRX	
17:00		
17:30	17:00~17:45 ボディバランス45 畑中	
18:00		
19:00	18:00~18:45 シェイプエアロ 畑中	

祝日は19:00までの営業時間とさせていただきます。