

9月23日（土・祝）

特別プログラム

- 10:40~11:35 ステップアップステップ 
(担当:大槻)
- 11:45~12:30 シェイプアップエアロ 
(担当:坂上)
- 12:45~13:30 Fitness Fula 
(担当:坂上)
- 13:45~14:45 ヨガ 
(担当:坂上)