

BMH

(ボディメイクヒート)

女性限定!!

Core



Booty



BOX



SCHEDULE ^{5月}

| | | | |
|---------|-------------|-------|-------|
| 5/6(土) | 10:30~10:50 | Booty | 担当:松田 |
| | 11:15~11:35 | Legs | 担当:寺澤 |
| 5/7(日) | 10:15~10:35 | Legs | 担当:寺澤 |
| | 14:15~14:35 | Core | 担当:松田 |
| 5/9(火) | 20:15~20:35 | Booty | 担当:杉山 |
| 5/10(水) | 10:30~10:50 | Core | 担当:野田 |
| | 13:15~13:35 | Booty | 担当:松田 |
| | 14:15~14:35 | Core | 担当:山寄 |
| | 19:15~19:35 | Core | 担当:杉山 |
| 5/11(木) | 10:30~10:50 | Legs | 担当:寺澤 |
| | 13:15~13:35 | Booty | 担当:山寄 |
| | 20:15~20:35 | Booty | 担当:松田 |