BMH（ボディメイクヒート）

女性限定!!

SCHEDULE 6月

NEW

色んな動作を組み合わせ
シェイプアップに効率が
良い全身ワークアウト!!

6/1(木)	10:30～10:50	Attack	担当;寺澤
	13:15～13:35	Core	担当;山嵜
	20:15～20:35	Legs	担当;松田
6/2(金)	12:15～12:35	Booty	担当;野田
	14:15～14:35	Legs	担当;山嵜
6/3(土)	10:30～10:50	Core	担当;松田
	11:15～11:35	Attack	担当;寺澤
	14:15～14:35	Booty	担当;松田
6/4(日)	10:15～10:35	Legs	担当;寺澤
	11:15～11:35	Booty	担当;杉山