


グンゼスポーツ 岡山妹尾

2023年9月18日 祝日プログラム

月曜日

	スタジオA	スタジオB	オープンエリア
10:00	10:30~11:15 ZUMBA 内菌	10:30~11:00 OXIGENO	
11:00	11:30~12:15 美姿勢エクササイズ 内菌	11:30~12:00 MEGADANZ	
12:00	12:30~13:00 UBOUND 徳岡 	12:30~13:00 RADICAL YOGA	
13:00	13:15~14:00 パワーエアロ 徳岡	13:15~13:45 FIGHT DO	
14:00	14:15~15:00 セルフコンディショニング 佐々木	14:15~14:45 RADICAL POWER	
15:00	15:15~16:00 バレトン 佐々木		
16:00	<p>★当日は、祝日の為19時までの営業となっております。</p> <p>は、レギュラープログラムより変更のある箇所です。</p>		