２０２４年　新春　特別スケジュール

期間　1月3日～5日

3日（水）

11時～シルクサスペンション　安部善城

12時15分～　ボディワークアウト　安部善城

13時30分～　筋膜リリース＆ピラティス　安部善城

4日（木）

10時30分～シルクサスペンション　川下栄治

11時45分～　ピラティス　川下栄治

13時～シルクサスペンション　LIA

14時15分～　ＣＯＲＥ＋ＢＥＲＲＹ　LIA

18時～シルクサスペンション　安部善城

5日（金）

10時30分～シルクサスペンション　小宮友紀

11時45分～ボディワークアウト　小宮友紀

13時～シルクサスペンション　安部善城

14時15分～筋膜リリース＆ピラティス　安部善城

18時30分～シルクサスペンション　安部善城