

4/  
**29**  
wed

TIME TABLE



Studio  
ぷらすあるふぁ

## SCHEDULE

11:30



**LES MILLS**  
**BODYATTACK**

11:30-12:15

Les Millsプログラムは  
45分  
BODYATTACK  
BODYPUMP  
BODYCOMBAT  
担当します

12:15

12:30



**LES MILLS**  
**BODYPUMP**

12:30-13:15



13:15

13:30



**LES MILLS**  
**BODYCOMBAT**

13:30-14:15

BODYJAM  
ZUMBA®で  
お待ちしております

14:15

14:30



**LES MILLS**  
**BODYJAM**

14:30-15:15



15:15

15:30



 **ZUMBA®**

承認No37514

15:30-16:30

16:30



ぷらすあるふぁ初！！  
**Koki & MEGU**  
ジョイントZUMBA®  
楽しい時間を一緒に♪♪  
ご参加お待ちしております。

