



2月ショートプログラム



月	火	水	木	金	土	日
松田・・・松 臼井・・・臼	保坂・・・保 枝・・・枝 立道・・・立 前川・・・前			1 11:20～ ボスビクス 立	2 20:20～ ボスビクス 前	3 13:20～ スロートレーニング 白
4 休館日	5 13:20～ ストレッチポール 松 20:20～ ボスビクス 前	6 13:20～ リズミカルストレッチ 枝	7 11:20～ バランスボール 保	8 11:20～ ボスビクス 立	9	10 13:20～ スロートレーニング 白
11 休館日	12 13:20～ ストレッチポール 松 20:20～ ボスビクス 前	13 13:20～ リズミカルストレッチ 枝	14	15 11:20～ ボスビクス 立	16 20:20～ ボスビクス 前	17 13:20～ スロートレーニング 白
18 休館日	19 13:20～ ストレッチポール 松 20:20～ ボスビクス 前	20 13:20～ 足つぼマッサージ 枝	21	22 11:20～ ボスビクス 立	23 20:20～ ボスビクス 前	24 13:20～ スロートレーニング 白
25 休館日	26 13:20～ ストレッチポール 松 20:20～ ボスビクス 前	27 13:20～ リズミカルストレッチ 枝	28 11:20～ バランスボール 保			