



3月ショートプログラム



月	火	水	木	金	土	日
松田・・・松 白井・・・白	枝・・・枝 立道・・・立 前川・・・前			1 11:20～ ボスビクス	2 20:20～ ボスビクス	3
4 休館日	5 13:20～ ストレッチポール 20:20～ ボスビクス	6 13:20～ リズムカルストレッチ	7	8 11:20～ ボスビクス	9	10 13:20～ スロートレーニング
11 休館日	12 13:20～ ストレッチポール	13 13:20～ リズムカルストレッチ	14	15 11:20～ ボスビクス	16 20:20～ ボスビクス	17 13:20～ スロートレーニング
18 休館日	19 13:20～ ストレッチポール	20 13:20～ 足つぼマッサージ	21	22 11:20～ ボスビクス	23	24 13:20～ スロートレーニング
25 休館日	26 13:20～ ストレッチポール	27 13:20～ リズムカルストレッチ	28	29 11:20～ ボスビクス	30	31 13:20～ スロートレーニング