



# 8月

## 日曜週替わりスタジオプログラムのお知らせ



**8月6日**

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ミドルステップ45

担当：中田

**8月20日**

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ミドルステップ45

担当：舟木

**8月27日**

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ヨガ45 (ベーシックフロー)

ミドルエアロ担当：中西

ヨガ担当：上口