

2023年1月4日(水)

9:30～10:00

新春 めざましストレッチ
河本

10:15～11:00

正月休みの疲れながします！
新年美温活リンパストレッチ45
古谷 莉沙

13:30～14:15

2023年優雅にスタート！
バレエストレッチ
高橋 由樹

14:30～15:00

休み明けの頭の体操
グランドAICHI
大川 圭子

15:15～16:00

年明けスッキリ
ストレッチポール45
田坂 真理子

※特別プログラム期間は1月4日(水)～7日(土)
ご家族・お友達も同伴でご利用いただけます。