

9月15日（月・祝） バーチャルタイムスケジュール

9:00	
9:15	
9:30	
9:45	9:45～(15分間) ストレッチ ランダム
10:00	
10:15	
10:30	10:30～(30分間) オキシジェノ ランダム
10:45	
11:00	
11:15	11:15～(30分間) メガダンス ランダム
11:30	
11:45	
12:00	12:00～(30分間) X55 ランダム
12:15	
12:30	
12:45	
13:00	
13:15	
13:30	13:30～(30分間) ファイドゥ ランダム
13:45	
14:00	
14:15	
14:30	
14:45	
15:00	
15:15	
15:30	15:30～(30分間) オキシジェノ ランダム
15:45	
16:00	
16:15	16:15～(30分間) ヨガ 24level1
16:30	
16:45	
17:00	
17:15	 
17:30	
17:45	
18:00	