


# To Be Healthy Studio Program Schedule

TIME	MON	TUE	WED	THU	FRI
9:00	健康体操 ※60歳以上				
11:00	BOXING	Style Upヨガ	Coreヨガ		バレトン
13:00		Coreヨガ	バレトン	BOXING	Style Upヨガ
19:00		BOXING			
20:00	 <b>To Be Healthy</b> Fitness Studio				BOXING

※すべて45分レッスン