

1月

スタジオバラエティレッスン

日付	プログラム	イントラ
1/7(土)12:30~13:30	バランスボール	矢敷
1/9(月) 12:30~13:30	フィットネスジャズ	白木
1/14(土)12:30~13:30	筋コン&ストレッチ	岡村
1/21(土)12:30~13:30	バランスボール	矢敷
1/23(月)12:30~13:30	フィットネスジャズ	白木
1/28(土) 12:30~13:30	筋コン&ストレッチ	岡村
1/29(日)20:00~21:00	はじめてHIPHOP	矢敷