







オンデマンド動画 配信スケジュール

期間：5月31日（月）～6月13日（日）予定

アクティブ系レッスン動画

コンバットBEAT30分 担当：関川  視聴はこちら	エアロウォーク初級30分 担当：長南  視聴はこちら	楽しく筋トレ30分 担当：京極  視聴はこちら
---	---	--

コンディショニング系レッスン動画

リラックスヨガ30分 担当：風間  視聴はこちら	やさしいストレッチ30分 担当：平石  視聴はこちら	es健康体操 担当：京極  視聴はこちら
---	---	---

その他にも、人気インストラクターのOnlineレッスン動画
随時、大好評配信中！  [視聴はこちら](#)