

大淀町健康づくりセンター スタジオプログラム

2025/10~12月

Time	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
10:00	10:00~10:30 オキシジェノ	10:00~10:30 オキシジェノ	10:00~10:30 オキシジェノ	10:00~10:30 オキシジェノ	10:00~10:30 オキシジェノ
11:00	11:00~11:30 ラディカルヨガ	11:00~11:30 ラディカルヨガ	11:00~11:30 ラディカルヨガ	11:00~11:30 ラディカルヨガ	11:00~11:30 ラディカルヨガ
12:00	12:00~12:30 ユーバウンド	12:00~12:30 ユーバウンド	12:00~12:30 ユーバウンド	12:00~12:30 ユーバウンド	12:00~12:30 ユーバウンド
13:00	13:00~13:15 ストレッチ	13:00~13:15 ストレッチ	13:00~13:15 ストレッチ	13:00~13:15 ストレッチ	13:00~13:15 ストレッチ
14:00	14:00~14:30 ラディカルエアロ	14:00~14:30 ラディカルエアロ	14:00~14:30 ラディカルエアロ	14:00~14:30 ラディカルエアロ	14:00~14:30 ラディカルエアロ
15:00	15:00~15:30 ラディカルヨガ	15:00~15:30 ラディカルヨガ	15:00~15:30 ラディカルヨガ	15:00~15:30 ラディカルヨガ	15:00~15:30 ラディカルヨガ
16:00	16:00~16:30 オキシジェノ	16:00~16:30 オキシジェノ	16:00~16:30 オキシジェノ	16:00~16:30 オキシジェノ	16:00~16:30 オキシジェノ