

2024年9月4日(水) レズミルズダンス#4発表会

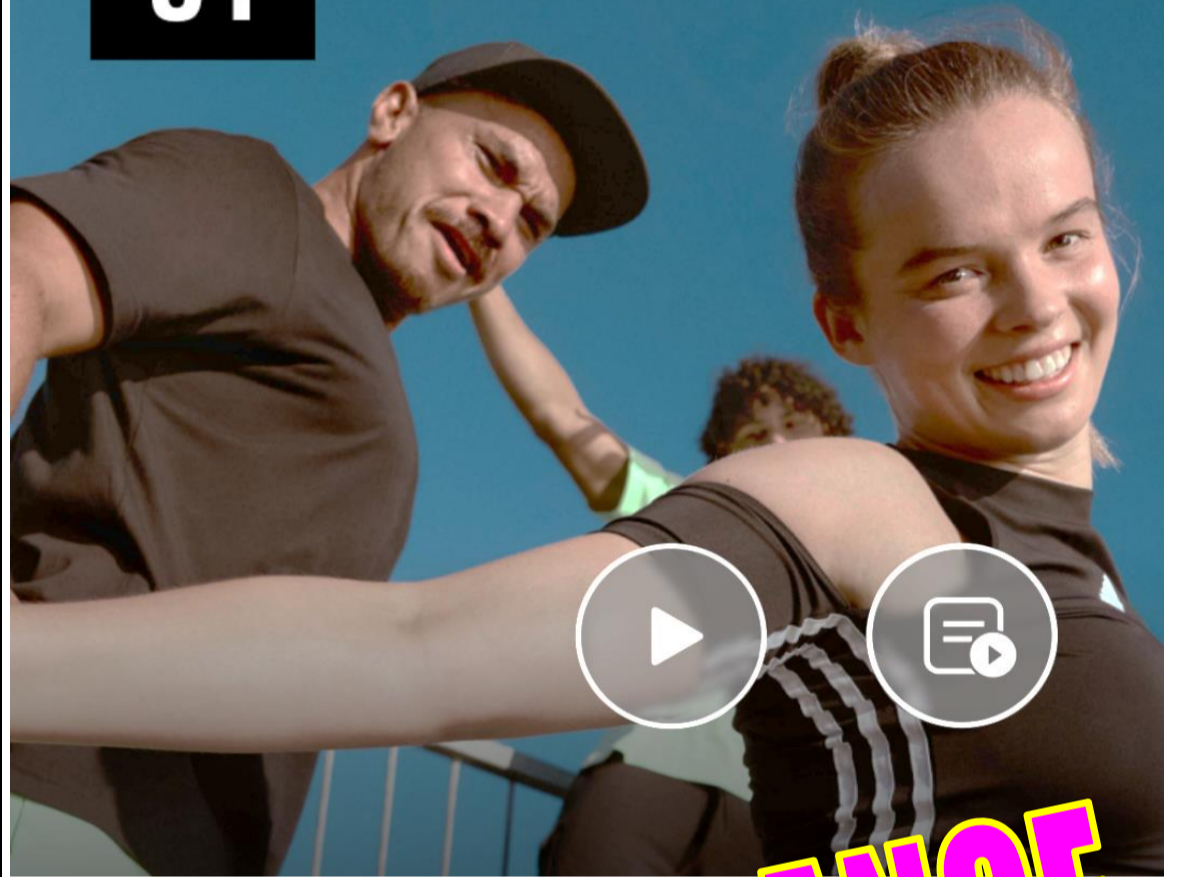
スタジオ

サブアリーナ

10:30	ステップ・アップ 太田 10:30-11:00	シンプルエアロ 逢坂 10:20-11:00
11:00	からだコンディショニング 逢坂 11:20-12:20	MEGADANZ30 HIRO 11:20-11:50
12:00	ヨガ(心) 逢坂 12:40-13:40	レズミルズダンス DJ.YUKA 12:05-12:35
13:00		ボディコンバット30 藤瀬 12:50-13:20
14:00	テクニカルステップ 竹内 14:00-15:00	レズミルズパー 松原 13:35-14:05
15:00	シンプルエアロ 竹内 15:20-16:00	フラダンス 合田 14:20-15:20
16:00		ジュニアダンス 幼児 16:15-17:15
17:00		ジュニアダンス 児童 17:20-18:20
18:00		
19:00	テクニカルエアロ 山下 18:45-19:45	ボディアタック45 近石 19:15-20:00
20:00	ヨガ 山下 20:10-20:55	レズミルズダンス #04 20:15-21:00
21:00	ボディバランス45※ST 山下 21:15-22:00	ボディコンバット45 近石 21:15-22:00
22:00		
23:00		

LES MILLS DANCE

04



LES MILLS DANCE

#04

MC.m/HIRO/DJ.YUKA

- ◎ シンプルでハイインパクト
- ◎ 簡単なダンスエクササイズ
- ◎ 楽しくて面白い!!