

《スタジオプログラム略称》

有酸素系プログラム	
A	エアロビクス
F	ファンクス
S	ステップ
Sス	ステップスペシャル
OA	おまかせエアロ
Z	ズンバ
ZG	ズンバゴールド
ソA	ソフトエアロ
D	ディスコ

コンディショニング系プログラム	
YP	ヨガピラティス
Y	ヨガ
BW	ボディーワーク
P	ピラティス
ST	ストレッチ
PY	パワーヨガ
WS	ウェーブリングストレッチ
バ	バレトンソールシンセシス

レズミルス	
PMP	ボディパンプ
LC	レズミルズコア
CBT	ボディコンバット
ATK	ボディアタック
LB	レズミルズバー
JAM	ボディジャム
SBM	シバム

シェイプアップ系プログラム	
BA	ボディシェイプエアロ
BM	ボディメイクエクササイズ

アクアプログラム	
ZAQ	スンバアクア

コンディショニング系プログラム	
筋活	筋肉活性プログラム
太	太極舞

トレーニング系プログラム	
CC	コアチャレンジ
BS	バーベルシェイプ
BUP	ボディアップ

不明な点はお問い合わせください
プログラム内容についてはホームページの
プログラムのページからご確認ください