

10月スタート

木曜日午後は  
メンズ魔法デイ



午後1時30分

午後3時30分

サウナ脳活性術



メンズサウナムーサトシの新世界

大西一郎と  
凄い午後

サウナとまゆまゆ  
スロウ

木曜午後2時30分

体操