

# 4月の日曜・祝日教室

5日 (日)	12日 (日)	19日 (日)	26日 (日)	29日 (水)
スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
	かんたん ダンス 小室	かんたん エアロ 為房		
10:40	10:30	10:40	10:30	10:40
バレトン 岩坪	オリジナル エアロ 小室		オリジナル ヨガ 吉田	おまかせ マット 為房
11:30	11:30	10:50	11:20	11:40
		おまかせ マット 為房	11:30	
11:45		11:50	なかなか エアロ 大森	12:00
やさしい エアロ 吉岡				やさしい エアロ 泉
12:30			12:30	12:45
12:40			12:40	
リラックス ヨガ 吉岡			ピラティス 大森	なかなか エアロ 泉
13:40	13:00	13:00	13:30	13:00
14:00	14:00	14:00	14:00	14:00
15:00	15:00	15:00	15:00	15:00
16:00	16:00	16:00	16:00	16:00
17:00	17:00	17:00	17:00	17:00
18:00	18:00	18:00	18:00	18:00

ホームページでも  
ご確認いただけます。

南部健康づくりセンター

◆ 4/26 限定 ◆

準会員の方も  
教室に参加できます！