



# 1月の日曜教室

8日 (日)	15日 (日)	22日 (日)	29日 (日)
9:30 <b>スタジオ</b>	9:30 <b>ジム</b>	9:30 <b>スタジオ</b>	9:30 <b>スタジオ</b>
10:00 <b>かんたんエアロ</b> 山下	10:00 <b>やさしいステップ</b> 高槻	10:00 <b>かんたんエアロ</b> 三尾	10:00 <b>オリジナルヨガ</b> 吉田育世
10:40	10:30 <b>スタジオ</b>	10:40	10:50
10:50 <b>リラックスヨガ</b> 吉岡	10:40 <b>ひきしめマット</b> 為房	10:50 <b>ストレッチボール</b> 森下	11:00 <b>オリジナルエアロ</b> 吉田育世
11:50	11:10	11:20	11:50
12:00 <b>なかなかエアロ</b> 大森	11:20 <b>やさしいエアロ</b> 為房	11:30 <b>オリジナルエアロ</b> 平賀	12:00 <b>ベリーダンス</b> ナタリヤ
13:00	12:05	12:20	12:50
14:00	13:00	13:00	13:00
15:00	<div data-bbox="550 1400 1268 1780" style="border: 2px solid red; border-radius: 25px; padding: 10px; text-align: center;"> <p><u>1 / 2 2 限定</u></p> <p>準会員の方も お手軽教室に 参加できます！！</p>  </div>		
16:00			
17:00			
18:00			