



9月の日曜・祝日教室



| | 3日 (日) | 10日 (日) | 17日 (日) | 23日(土) 秋分の日 | 24日 (日) |
|-------|------------------------|---------------------------|--------------------------------|---------------------------|---------------------|
| 10:00 | スタジオ ベリーダンス ナタリヤ | スタジオ かんたん エアロ 吉岡 | スタジオ ダンス エアロ 中級 松永 | スタジオ オリジナル ヨガ 片山 | スタジオ バレトン 山下 |
| 10:50 | | | | | |
| 11:00 | ダンス エアロ 初級 小室 | リラックス ヨガ 吉岡 | ピラティス 松永 | かんたん エアロ 片山 | オリジナル ヨガ 吉田育世 |
| 11:40 | | | | | |
| 11:50 | オリジナル エアロ 小室 | なかなか エアロ 大森 | やさしい エアロと ストレッチ 為房 | オリジナル エアロ 吉田育世 | |
| 12:40 | | | | | |
| 13:00 | | | | プール 初中級 おまかせ 井上 | なかなか エアロ 吉田育世 |
| 14:00 | | | | 中上級 おまかせ 井上 | |
| 15:00 | | | | | |
| 16:00 | | | | | |
| 17:00 | | | | | |
| 18:00 | | | | | |

※連続受講は
ご遠慮ください。

♪9/23限定♪
準会員の方も
教室に参加できます！

