

6月の日曜教室

	7日 (日)	14日 (日)	21日 (日)	28日 (日)
10:00	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10:30	ストレッチ ポール 森下	オリジナル ヨガ 吉田	やさしい エアロ 吉岡	バレトン 岩坪
11:00				
11:20	かんたん ダンス 小室			
11:50		オリジナル エアロ 吉田	リラックス ヨガ 吉岡	なかなか エアロ 大森
12:10	ちょっと がんばる エアロ 小室			
12:55				ピラティス 大森
14:00	<div>◆ 6/28 限定 ◆</div> <div>準会員の方も 教室に参加できます！</div> <div>ホームページでも ご確認ください。</div> <div>南部健康づくりセンター 検索</div>			
15:00				
16:00				
17:00				
18:00				