

バラエティレッスン H30. 5月

水曜日

	18:15~	
2日	ピラティス初級	岡
9日	ボールの達人	鋳山
16日	ピラティス初級	岡
23日	ボールの達人	鋳山
30日	ピラティス初級	岡

日曜日

	11:00~		14:00~	
6日	ヨ ガ45	佐橋		
13日	バレトン	桑原	ヴィンヤサヨガ	太田
20日	ピラティス	岡	ヴィンヤサヨガ	太田
27日	HIPHOP	西田		

★今月の変更★

曜日	時間	変更箇所
木	13:45~	ショートアクア⇒アクアウォーキング(15分) 後藤
木	14:00~	ショートアクア(30分) 後藤

毎月のレッスンプログラムは
ホームページ、フェイスブック
ツイッターからも閲覧できます

