

◆ 10月土曜日 ◆

13:45~14:15
バラエティ

14:30~15:15
ヨガ

ボール 担当：渡辺 Bスタジオ	30名	5日	野々垣
トランポ 担当：渡辺 Bスタジオ	20名	12日	森下
バトルミックス 担当：森下 Aスタジオ	50名	19日	山田IR
ボディシェイパー 担当：浅野 Aスタジオ	25名	26日	浅野

土曜日★夜バラエティ

19:15~20:00 10月 20:15~21:00

ダンス初級
担当 WUKE

5

ヨガ
担当 奥田京子

ダンスエアロ初級
担当 加藤丈明

12

エアロビクス中級
担当 加藤丈明

エアロビクス初級
担当 長谷川弥生

19

ヨガ
担当 山田和子

ZUMBA
担当 rico

26

ヨガ
担当 rico