

11月バラエティレッスンのご案内

日付	時間	レッスン名	担当者
11月1日 (土)	14:45～	ストレッチ& リラクゼーション 45	野口
11月2日 (日)	13:45～	リセットヨガ 45	鈴木 (浩)
11月8日 (土)	14:45～	ストレッチ& リラクゼーション 45	豊田
11月9日 (日)	13:45～	エアロビクス上級 45	るみ

11月バラエティレッスンのご案内

日付	時間	レッスン名	担当者
11月15日 (土)	14:45～	ストレッチ& リラクゼーション 45	豊田
11月16日 (日)	13:45～	秋の経路ヨガ 45	鈴木 (浩)
11月22日 (土)	14:45～	Dance Fit45	金田
11月23日 (日)	13:45～	ダンス 45	豊田

11月バラエティレッスンのご案内

日付	時間	レッスン名	担当者
11月29日 (土)	14:45~	アロマヨガ 45	鈴木 (浩)
11月30日 (日)	13:45~	セロトニン ヨガ 45	鈴木 (浩)