

11月月曜スタッフバラエティレッスン

日付	時間	インストラクター	プログラム名	備考	定員
4日	祝日				
11日	19:45~20:15 (30分)	古田あゆみ	ボディコン30	どなたでも	65
18日	19:30~20:15 (45分)	内海可子	エアロビクス初級	どなたでも	80
25日	19:30~20:15 (45分)	吉田美佐子	ピラティス	どなたでも	80

11月土曜バラエティレッスン

日付	時間	インストラクター	プログラム名	備考	定員
2日	10:30~11:15 (45分)	rico	ZUMBA	初中級	80
9日	10:30~11:15 (45分)	吉田美佐子	ピラティス	どなたでも	80
16日	10:30~11:15 (45分)	加藤理香	ZUMBA	初中級	80
23日	10:30~11:15 (45分)	澤木美奈	ReeJam	初中級	80
30日	10:30~11:00 (30分)	松原さとり	ボディコン30	どなたでも	65

※レッスン変更の可能性もございますので、あらかじめご了承ください。