

# 1月月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
6日	19:45~20:15 (30分)	古田あゆみ	ボディコン30	どなたでも	65
13日	成人の日				
20日	19:30~20:15 (45分)	吉田美佐子	ピラティス	どなたでも	80
27日	19:30~20:15 (45分)	かんたんエアロ	内海可子	どなたでも	80

# 1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
4日	10:30~11:15 (45分)	加藤理香	エアロビクス初中級	初中級	80
11日	10:30~11:15 (45分)	吉田美佐子	ピラティス	どなたでも	80
18日	10:30~11:15 (45分)	加藤理香	ZUMBA45	初中級	80
25日	10:30~11:15 (45分)	rico	ZUMBA45	初中級	80

※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。