

12月水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
3日	19:45～20:15	三宅 華流	AERO×BOX I	どなたでも	40
	(30分)				
10日	19:45～20:15	小木曾 辰紀	SHAPE×BOX30	どなたでも	35
	(30分)				
17日	19:45～20:15	岡部 創太	POWER×BOX30	どなたでも	24
	(30分)				
24日	19:45～20:15	小木曾 辰紀	SHAPE×BOX30	どなたでも	35
	(30分)				

12月金曜アクア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
5・19日	20:35～21:05	小原 雅恵	アクアダンベル	どなたでも
	(30分)			
12・26日	20:35～21:05	小木曾 辰紀	アクアビクス	どなたでも
	(30分)			

※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。