

# 1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
7日	19:45～20:15 (30分)	三宅 華流	AERO×BOX I	どなたでも	40
14日	19:45～20:15 (30分)	小木曽 辰紀	SHAPE×BOX30	どなたでも	35
21日	19:45～20:15 (30分)	岡部 創太	POWER×BOX30	どなたでも	24
28日	19:45～20:15 (30分)	小木曽 辰紀	SHAPE×BOX30	どなたでも	35

# 1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
9・23日	20:35～21:05 (30分)	小原 雅恵	アクアダンベル	どなたでも
16・30日	20:35～21:05 (30分)	小木曽 辰紀	アクアビクス	どなたでも

※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。