

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

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	小原 雅恵	アクアダンベル	どなたでも
	(30分)			
16・30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。