

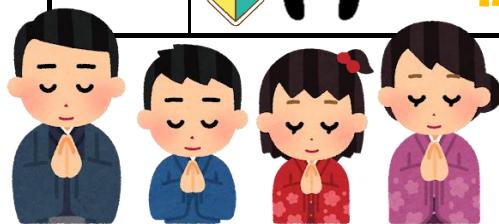


# 1月 日曜日バラエティレッスン

モーニング(10:30~11:15)

アフタヌーン(13:00~13:45)

4日		ポルドフラ 橋井
11日	エアロビクス初級 EMI	ヨガ EMI
18日	股関節と背骨の調律 大田	エアロビクス初級 大田
25日	ピラティス 橋井	ヨガ 橋井



印のレッスンはどなたでも参加できます



印のレッスンはシューズなしで参加できます