




# 5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)

3日	  <b>ピラティス 橋井</b>	<b>エアロビクス初級 橋井</b>
10日	  <b>ヨガ 谷</b>	<b>エアロビクス初級 CHIKA</b>
17日	  <b>ヨガ 橋井</b>	  <b>ピラティス 橋井</b>
24日	<b>股関節と背骨の調律 大田</b>  	<b>エアロビクス初級 大田</b>
31日	<b>エアロビクス初級 EMI</b>	  <b>ヨガ EMI</b>



 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