

◆ 4月土曜日 ◆

13:45~14:15
バラエティ

14:30~15:15
ヨガ

ストレッチポール 22名
担当：渡辺 Bスタジオ

6日

山田IR

Enjoy★DANCE 50名
担当：森下 Aスタジオ

13日

森下

ボール 30名
担当：渡辺 Bスタジオ

20日

野々垣

ボディシェイパー 25名
担当：浅野 Aスタジオ

27日

浅野

土曜日★夜バラエティ

19:15~20:00

4月

20:15~21:00

ZUMBA
担当 rico

6

ヨガ
担当 rico

バレトン
担当 大島

13

ヨガ
担当 大島

エアロビクス初級
担当 HORRY

20

エアロビクス中級
担当 HORRY

ステップ初級
担当 石川

27

エアロビクス初中級
担当 石川