

9月日曜バラエテイのご案内

日付		日曜バラエテイ I 13:15～13:45		強度	難易度	日曜バラエテイ II 14:15～14:45		強度	難易度
9月6日	ヨガ ayako	●	●	●	●	エアロビクス初級 白砂	●●●	●●●	●●●
9月13日	エアロビクス初級 濁川	●●	●●	●●	●●	ZUMBA 佐藤	●●● ～	●●● ～	●●● ～
9月20日	ステップ初級 白砂	●●	●●	●●	●●	リトモス 濁川	●●	●●	●●
9月27日	バルトン 杉原	●●	●	●	●	ヨガ ayako	●	●	●

ご注意ください!!!

バラエテイツンほどのレッスンも**30分**で実施致します。