

日曜・祝日レッスンご案内

4月	レッスン	時間	担当
7日	フラダンス	14:15~15:00	林
14日	癒しのヨガ	11:10~12:10	中村
21日	太極拳	11:10~12:10	高木
28日	アクアビクス	10:30~11:15	賀来
	はじめてステップ	11:15~12:00	都築
	かんたん筋トレ	13:15~14:00	賀来
29日	かんたんエアロ	10:15~11:00	萬治
	コアトレ&ストレッチ	11:10~11:50	萬治
	ストレッチ	12:30~12:50	スタッフ
	気功	13:55~14:45	黒坂
	JPOPエアロ	15:00~15:45	都築