

日曜日・祝日レッスン予定表

3/21(日)	3/28(日)	
10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60(EMI) 寝ころび処・定員17名	10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60(TOMO) 寝ころび処・定員17名	
11:50~12:40 疲労回復 コンディショニング 50(EMI)	11:50~12:40 ZUMBA50 (TOMO)	
13:00~13:50 STEPサーキット50 (岡村)	13:00~13:50 MEGADANZ50 (早川)	
14:10~15:00 ウェーブリングほぐし 50(岡村)	14:10~14:40 BODYCOMBAT 30(北澤)	
15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)	15:20~16:10 BAILABAILA50 (村山)	