

日曜日・祝日レッスン予定表

5/6(火)	5/11(日)	5/18(日)
	<p>10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60 (kana) 寝ころび処・定員20名</p>	<p>10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60 (EMI) 寝ころび処・定員20名</p>
<p>11:50~12:40 ヨガ50 (Kazumi)</p>	<p>11:50~12:40 初級エアロ50 (NAO)</p>	<p>11:50~12:40 マットピラティス50 (EMI)</p>
<p>13:00~13:50 リズムトレーニング エクササイズ50 (タカスケ)</p>	<p>13:00~13:50 中級エアロ50 (NAO)</p>	<p>13:00~13:50 リングで身体整え50 (岡村)</p>
<p>14:10~15:00 機能改善エアロ50 (タカスケ)</p>	<p>14:10~15:00 MEGADANZ50 (早川)</p>	<p>14:10~15:00 太極舞50 (岡村)</p>
<p>15:20~15:50 ストレッチ&筋トレ30 (青木)</p>	<p>15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)</p>	<p>15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)</p>