# 日曜日・祝日レッスン予定表

| 8/24(日) | 8/31(日) | |
|---|---|---|
| 10：30～11：30<br>サンデー朝ヨガ<br>60（kana）<br>寝ころび処・定員20名 | 10：30～11：30<br>サンデー朝ヨガ<br>60（EMI）<br>寝ころび処・定員20名 | |
| 11：50～12：40<br>TikTokDANCE50<br>（MAHO） | 11：50～12：40<br>マットピラティス50<br>（EMI） | |
| 13：00～13：45<br>BODYJAM45<br>（MAHO） | 13：00～13：50<br>リズムフィットネス<br>トレーニング50<br>（タカスケ） | |
| 14：05～14：55<br>ピラティス50<br>（岡村） | 14：20～15：00<br>サーキット<br>エクササイズ40<br>（小島） | |
| 15：15～16：05<br>ヨガ&ウェーブリング<br>50（岡村） | 15：20～16：10<br>BAILABAILA50<br>（小島） | |
| | | |