

日曜日・祝日レッスン予定表

9/21(日)	9/23(火)	9/28(日)
10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60 (EMI) 寝ころび処・定員20名	10:45~11:30 BODYJAM45 (小林)	10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60 (kana) 寝ころび処・定員20名
11:50~12:40 マットピラティス50 (EMI)	11:50~12:40 ピラティス50 (宗田)	11:50~12:40 ピラティス50 (岡村)
13:00~13:50 初級エアロ50 (青木ま)	13:00~13:50 EXキックボクシング 50 (宗田)	13:00~13:50 ヨガ&リングで整え 50 (岡村)
14:10~15:00 ピラティス50 (青木ま)	14:10~15:00 HIPHOP50 (MAHO)	14:20~15:00 サーキット エクササイズ40 (小島)
15:20~16:10 MEGADANZ50 (早川)	15:20~16:10 ヨガ50 (Kazumi)	15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)