

日曜日・祝日レッスン予定表

9/7(日)	9/14(日)	9/15(月)
<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>10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60 (kana) 寝ころび処・定員20名</p>	<p>10:40~11:30 ダンスエアロ50 (宮本)</p>
<p>11:50~12:40 ポールストレッチ50 (EMI) ※定員8名</p>	<p>11:50~12:40 ピラティス50 (岡村)</p>	<p>11:50~12:35 BODYPUMP45 (宮本)</p>
<p>13:00~13:50 ダンスエアロ50 (宮本)</p>	<p>13:00~13:50 ヨガ&リングで整え 50 (岡村)</p>	<p>13:00~13:45 BODYCOMBAT45 (井出)</p>
<p>14:20~15:00 ウェーブリング40 (小島)</p>	<p>14:20~15:00 コアエクササイズ40 (小島)</p>	<p>14:00~14:50 HIPHOP50 (MAHO)</p>
<p>15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)</p>	<p>15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)</p>	<p>15:10~16:00 BODYJAM テック5分+45分 (MAHO)</p>