

日曜日・祝日レッスン予定表

10/19(日)	10/26(日)	
10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60 (EMI) 寝ころび処・定員20名	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 ダンスエアロ50 (宮本)	
13:00~13:45 BODYCOMBAT45 (井出)	13:00~13:50 MEGADANZ50 (早川)	
14:05~14:55 初級エアロ50 (青木ま)	14:20~15:00 コアエクササイズ40 (小島)	
15:15~16:05 ピラティス50 (青木ま)	15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)	