

日曜日・祝日レッスン予定表

2/1(日)	2/8(日)	2/11(水)
10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60 (Kazumi) 寝ころび处・定員20名	10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60 (kana) 寝ころび处・定員20名	10:40~11:30 DDD HOUSE WORKOUT50 (村山)
11:50~12:35 BODYJAM45 (MAHO)	11:50~12:40 身体引き締め トレーニング50 (岡村)	11:50~12:40 BAILABAILA50 (村山)
13:00~13:45 BODYCOMBAT45 (井出)	13:00~13:50 ピラティス&リング50 (岡村)	13:00~13:45 BODYJAM45 (小林)
14:10~15:00 ウェーブリング50 (小島)	14:10~14:55 BODYCOMBAT45 (井出)	14:10~14:55 BODYCOMBAT45 (MAHO)
15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)	15:20~16:10 BAILABAILA50 (小島)	15:20~16:10 ヨガ50 (Kazumi)