

11月の日・祝予定《訂正版》

日付	時間	プログラム名	担当インストラクター
3日 (金)	13:00~	ステップエクササイズ	タカスケ
	14:10~	グループセンチー	池内
	15:25~	BAILA BAILA	宮澤
	16:40~	グループパワー	KOH
5日 (日)	13:00~	格闘技エクササイズ	タカスケ
	14:10~	グループフラスト	のあ
	15:25~	リトモス	武居
	16:40~	BAILA BAILA	宮澤
12日 (日)	13:00~	青竹&格闘技エクササイズ	タカスケ
	14:10~	グループアクティブ	篠原
	15:25~	BAILA BAILA	村山
	16:40~	元気がでるエアロ	タカスケ
19日 (日)	13:00~	シェイプエアロ	タカスケ
	14:10~	グループグルーヴ	Kaori
	15:25~	BAILA BAILA	村山
	16:40~	グループファイト	のあ
23日 (木)	13:00~	格闘技エクササイズ	タカスケ
	14:10~	やさしいフローヨガ	SACHIKO
	15:25~	BAILA BAILA	宮澤
	16:40~	グループフラスト	KOH
26日 (日)	13:00~	ステップ格闘技エクササイズ	タカスケ
	14:10~	グループライド	池内
	15:25~	ZUMBA	Mayumi
	16:40~	BAILA BAILA	村山

※都合によりインストラクター・プログラムに変更がある場合があります
ご迷惑をおかけしますが、予めご了承下さいませ。