

# 1月の日・祝予定表

日付	時間	プログラム名	担当インストラクター
11日 (日)	14:10~	<b>中級エアロ</b>	みのり
	15:25~	<b>ピラティス</b>	村山
	16:40~	<b>BAILA BAILA</b>	村山
12日 (日)	14:10~	<b>身体すっきりエアロ</b>	美谷島
	15:25~	<b>BAILA BAILA</b>	宮澤
	16:40~	<b>機能改善ヨガ</b>	宮下
18日 (日)	14:10~	<b>やさしいフローヨガ</b>	SACHIKO
	15:25~	<b>BAILA BAILA</b>	宮澤
	16:40~	<b>初中級エアロ</b>	宮澤
25日 (日)	14:10~	<b>グルーフグルーフ</b>	kaori
	15:25~	<b>グルーフフラスト</b>	kaori
	16:40~	<b>BAILA BAILA</b>	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。