

11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
1日 (日)	14:10～	ピラティス	青木
	15:25～	リトモス	武居
	16:40～	BAILA BAILA	村山
3日 (火)	14:10～	やさしいフローヨガ	SACHIKO
	15:25～	チャレンジエアロ	南沢
	16:40～	グループグループ	Kaori
8日 (日)	14:10～	スタートエアロ	Tomomi
	15:25～	ZUMBA	Mayumi
	16:40～	BAILA BAILA	宮澤
15日 (日)	14:10～	ピラティス	みのり
	15:25～	BAILA BAILA	宮澤
	16:40～	エンジョイエアロ	みのり
22日 (日)	14:10～	のんびりヨガ	Tomomi
	15:25～	ピラティス	村山
	16:40～	BAILA BAILA	村山
23日 (月)	14:10～	やさしいフローヨガ	SACHIKO
	15:25～	グループアクティフ	宮澤
	16:40～	BAILA BAILA	宮澤
29日 (日)	14:10～	ZUMBA	chika
	15:25～	BAILA BAILA	村山
	16:40～	機能改善ヨガ	宮下

※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。