



お楽しみレッスン

スケジュール

3月

みなみ	土	19:30~20:20 お楽しみレッスン	日	10:30~11:20 お楽しみレッスン
3月	1	ウォークエアロ 佐々木	2	アロマヨガ 竹原
	8	ウォークエアロ 平野和代	9	JSA 磯貝
	15	ウォークエアロ 斉藤貴幸	16	JSA 山中
	22	ビューティペルビス MAYA	23	ボディシェイプ 浦部
	29	ビューティペルビス MAYA	30	ヨガ 松岡

むさし	日	10:30~11:20 お楽しみレッスン①	日	11:40~12:30 お楽しみレッスン②	日	13:00~13:50 お楽しみアクア
3月2日		楽しいエアロ 斉藤貴幸		ウォークエアロ RIKAKO		楽しいアクア RIKAKO
3月9日		ピラティス 山下		ウォークエアロ 山下		楽しいアクア 米加田
3月16日		ソフトヨガ Sa-		ダンスエアロ 佐藤淳子		楽しいアクア RIKAKO
3月23日		ウォークエアロ 東		ヨガ 東		アクアズンバ 米加田
3月30日		楽しいエアロ RIKAKO		ヨガ RIKAKO		楽しいアクア 米加田