

# 日曜お楽しみレッスン

## スケジュール

# 9月

みなみ	10:30~11:20 お楽しみレッスン①	13:00~13:50 お楽しみレッスン②
4日	サザンフェスタの為 休館日	
11日	ピラティス 浦部	初級カーディオファンクショナル 佐藤
18日	特別プログラム TAKA×KANA 	ZUMBA 東
25日	特別プログラム SAYURI×HIRO 	特別プログラム KANA 

むさし	10:30~11:20 お楽しみレッスン	お楽しみアクア
4日	ヨガ 松岡	13:00~ (50分) 楽しいアクア 米加田
11日	ウォークエアロ 東	※18日、25日13:00~のレッスンは スタジオにて特別プログラムを実施いたします プールでのレッスンではありません。
18日	楽しいエアロ 山下	特別プログラム 13:00~ TAKA 
25日	骨盤調整ヨガ 三沢	特別プログラム 13:00~ TAKA 

特別プログラムグループブラスト・ファイトに関する詳細は別紙のポスターでご確認ください。

ホームページからスケジュールを  
ご確認ください。

