

# 日曜日週替わりレッスン予定表

9月16日	9月23日
12:30~13:20 エンジョイエアロ 50(若月)	12:30~13:20 エンジョイエアロ 50(若月)
<代行> 13:30~14:30  LESMILLS BODYJAM 60(小林博)	13:30~14:30  DDD HOUSE WORKOUT 60(村山)
14:45~15:30  LESMILLS BODYSTEP 45(小林博)	14:45~15:30  LESMILLS BODYPUMP 45(倉島)
15:45~16:30  LESMILLS BODYBALANCE 45(原山)	15:45~16:30  LESMILLS BODYCOMBAT 45(小林博)
16:45~17:30  LESMILLS BODYCOMBAT 45(倉島)	16:45~17:30  LESMILLS BODYATTACK 45(北村)
17:45~18:45 ヒーリングヨガ (EMI)	17:45~18:45 ヨガ (Rie)