


日曜日週替わりレッスン予定表

6月9日	6月16日
<p><代行> 12:30~13:20 初級エアロ&身体引き締め 50(岡村)</p>	<p>12:30~13:20 エンジョイエアロ 50(若月)</p>
<p>13:30~14:30 DDD/HOUSE WORKOUT 60(村山)</p>	<p>13:30~14:30 DDD/HOUSE WORKOUT 60(村山)</p>
<p>14:45~15:15  LES MILLS BODYPUMP 30(倉島)</p>	<p>14:45~15:30 太極舞 45(Rie)</p>
<p>15:30~16:00  LES MILLS BODYATTACK 30(原山)</p>	<p>15:45~16:30  LES MILLS BODYBALANCE 45(小林博)</p>
<p>16:15~17:00  LES MILLS BODYSTEP 45(小林博)</p>	<p>16:45~17:15  LES MILLS BODYATTACK 30(原山)</p>
<p>17:15~18:15 アロマヨガ 60(EMI)</p>	<p>17:30~18:30 フットセラピー(EMI) 持ち物:くつ下・バスタオル</p>