

お盆特別営業スタジオレッスン

	時間	プログラム	担当
8月11日(日)	10:10~10:55	中級エアロ	永田IR
	11:10~12:10	ヨガ	Mai IR
	13:30~14:30	ZUMBA	SHOGO IR
	14:40~15:25	ポールストレッチ	SHOGO IR

	時間	プログラム	担当
8月12日(月)	10:15~11:00	ZUMBA	Chika IR
	11:10~11:55	歩きのコンディショニング	Chika IR
	13:45~14:30	MEGA DANZ	チャキーラIR
	14:55~15:55	ピラティス	川野IR

	時間	プログラム	担当
8月13日(火)	10:15~11:15	MEGA DANZ	澤田IR
	11:30~12:15	ストレッチヨガ	emiko IR
	13:50~14:20	ダンスエアロ入門	SHOGO IR
	14:35~15:20	ZUMBA	SHOGO IR

	時間	プログラム	担当
8月14日(水)	10:10~10:55	ZUMBA	澤田IR
	11:05~11:35	KU	澤田IR
	11:40~12:40	中級エアロ	山下IR
	13:45~14:30	ZUMBA	AYUMI IR
	14:40~15:40	ピラティス	前村IR

	時間	プログラム	担当
8月15日(木)	10:15~10:45	ステップ	石川IR
	10:50~11:35	脂肪バリバリエアロ	石川IR
	11:45~12:45	ピラティス	川野IR
	13:45~14:30	ZUMBA	澤田IR

	14:45~15:45	ヨ 力	emiko IR
--	-------------	-----	----------