

お客様各位

住友不動産エスフォルタ株式会社

## 【19時以降楽しめる】無料オンラインLIVEレッスン23本追加配信！

拝啓

平素は、住友不動産エスフォルタ株式会社をご愛顧賜り、誠にありがとうございます。お客様のご自宅における健康維持・増進につきましてできる限りのサポートをさせていただきたく、同サービスにおいて19時以降オンラインLIVEレッスンの追加配信をさせていただくことと致しました。

是非、この機会にご参加くださいます様、宜しくお願い申し上げます。

敬具

記

## 2月オンラインLIVEレッスン表(19時以降)



日	時間	レッスン名	インストラクター
1(月)	19:15~ 19:55	リフレッシュヨガ	美宅 玲子
	20:10~ 20:50	ZUMBA	齋藤 翠
2(火)	19:00~ 19:40	ピラティス	寺田麻里
3(水)	19:00~ 19:40	骨盤エクササイズ	坂本 陽子
	20:00~ 20:40	エアロウォーク初級	上田 薫
5(金)	19:00~ 19:40	リフレッシュヨガ	Mayumi
8(月)	19:00~ 19:40	リフレッシュヨガ	NORIKO
	20:00~ 20:40	ZUMBA	齋藤 翠
9(火)	19:00~ 19:40	セルフケアヨガ	真季
10(水)	19:00~ 19:40	骨盤エクササイズ	坂本 陽子
	20:00~ 20:40	エアロウォーク初級	上田 薫
12(金)	19:00~ 19:40	リフレッシュヨガ	Shuly

日	時間	レッスン名	インストラクター
15(月)	19:15~ 19:55	リフレッシュヨガ	美宅 玲子
	20:10~ 20:50	ZUMBA	齋藤 翠
16(火)	19:00~ 19:40	ピラティス	寺田 麻里
17(水)	19:00~ 19:40	骨盤エクササイズ	坂本 陽子
	20:00~ 20:40	エアロウォーク初級	上田 薫
19(金)	19:00~ 19:40	リフレッシュヨガ	Mayumi
22(月)	19:00~ 19:40	ピラティス	寺田 麻里
	20:00~ 20:40	ZUMBA	齋藤 翠
24(水)	19:00~ 19:40	骨盤エクササイズ	坂本 陽子
	20:00~ 20:40	エアロウォーク初級	上田 薫
26(金)	19:30~ 20:10	エアロピクス筋トレ	上田 薫

※諸事情により変更になる場合がございます  
※2月5日15時改訂版