

	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)
10:00			<u>ヨガ</u> 10:00～10:45 酒井 祥二				
11:00	<u>ZUMBA</u> 11:00～11:45 梶原 千寿子	<u>ベリーダンス</u> 11:00～11:45 桜井 初美	<u>ストリートダンス</u> 11:00～11:45 井内 伸幸		<u>ヨガ</u> 10:30～11:15 井上 佑季子		
12:00					<u>ボディケア</u> 11:30～12:15 渋谷 輝幸		
13:00	<u>ストリートダンス</u> 13:00～13:45 木谷 将紀		<u>バレトン</u> 13:00～13:45 白木 朋子	<u>ピラティス</u> 13:00～13:45 小川 佐幸			
14:00						お休み	お休み
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	<u>ヨガ</u> 19:00～19:45 NORIKO	<u>ヨガ</u> 19:00～19:45 Marina	<u>ZUMBA</u> 19:00～19:45 Hiroko			【参加方法】 事前にZOOMアプリをダウンロードの上、 各レッスン名をクリックして登録ください。	
20:00	<u>ZUMBA</u> 20:00～20:45 斎藤 翠	<u>シェイプアップウォーク</u> 20:00～20:45 上田 薫				全レッスンどなたでもご参加いただけます。 各ZOOMページでご登録ください。 (お客様のカメラはOFFとなります)	