

| | 20日(月) | 21日(火) | 22日(水) | 23日(木) | 24日(金) | 25日(土) | 26日(日) |
|-------|---|---|---|--------|--------------------------------------|---|--------|
| 10:00 | | | <u>ヨガ</u> 10:00～10:45 酒井 祥二 | | | | |
| 11:00 | | <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 | | | | |
| 14:00 | | | | お休み | | 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) | |