

## スタジオレッスン 8月追加のお知らせ (第2スタジオ)

日	月	火	水	木	金	土
12:20~12:50		13:20~13:50	19:15~19:45	19:20~19:50		
8/2 レズミルズバー 岡田		8/4 バランスコンディショニング ピラティス 鈴木	8/5 ボディコンバット30 張替(善)	8/6 レズミルズバー 岡田		
8/9 ボディパンプ30 張替(善)		8/11 ZUMBA まゆみ	8/12 はじめてエアロ 山本	8/13 レズミルズバー 岡田		
8/16 ダンスストレッチ 藤井		8/18 ボディコンバット30 塩	8/19 はじめてエアロ 山本	8/20 ジャズダンス(入門) 藤井		
8/23 ヨガ 宇留鷺		8/25 バランスコンディショニング ヨガ 飯田	8/26 ヨガ 宇留鷺	8/27 ダンスストレッチ 藤井		
8/30 ジャズダンス(入門) 藤井						



スタジオレッスンに参加するのが初めての方や、体力に自信のない方でも安心してご参加いただけます

