

8月6日 (日)

11:10~11:55 **リライメントヨガ=ベーシックヨガ**

TOMO⇒木ノ下

8月6日 (日)

12:35~13:05 **スタンダードヨガ=ベーシックヨガ**

TOMO⇒木ノ下

8月8日 (火)

13:35~14:50 **太極拳**

阿南⇒庄治

8月12日 (土)

12:25~13:40 **姿勢ストレッチ=セルブマッサージ&コンディショニング**

山内⇒瀧本

8月12日 (土)

15:55~17:10 **太極拳**

阿南⇒姫野

8月13日 (日)

11:10~11:55 **リライメントヨガ=ベーシックヨガ**

TOMO⇒田中

8月13日 (日)

12:35~13:05 **スタンダードヨガ=ベーシックヨガ**

TOMO⇒田中

8月14日 (月)

13:50~15:05 **自力整体⇒健康体操**

山内⇒丸田

8月15日 (火)

13:35~14:50 **太極拳**

阿南⇒和田