

12月9日 (土)

17:20~18:20 ヨーガ60

Kei⇒京傳

12月12日 (火)

13:55~14:50 **太極拳**

阿南⇒辻本 九里子

12月16日 (土)

12:35~13:05 **アクトア30**

桐野⇒上嶋

12月16日 (土)

13:55~14:45 **エアロジョグ**

桐野⇒富安

12月16日 (土)

14:55~15:40 **ベーシックヨガ**

桐野⇒富安

12月16日 (土)

15:55~17:10 **太極拳**

阿南⇒齊藤 園美

12月23日 (土)

12:35~13:05 **アクトア30⇒スペシャルアクトア**

桐野⇒蔵本&丸山

12月23日 (土)

13:55~14:45 **エアロジョグ⇒エアロウォーク**

桐野⇒久保寺

12月23日 (土)

14:55~15:40 **ベーシックヨガ**

桐野⇒久保寺

12月23日 (土)

15:55~17:10 **太極拳⇒姿勢改善ストレッチ**

阿南⇒山内

12月25日(月)

13:30~14:00 アクア30

上嶋⇒森本(ス)

12月26日(火)

13:00~13:30 はじめてエアロ

上嶋⇒森本(ス)

12月28日(木)

19:55~20:25 はじめてエアロ

森本(ス)⇒上嶋