

# 7月の週代わりレッスン

**①** 3日14:00~14:45 **①**  
⇒ZUMBA 桂

**②** 10日14:00~14:45 **②**  
⇒エアロウォーク 今濱

**③** 17日14:00~14:45 **③**  
⇒はじめてエアロ&筋コンディショニング  
安賀

**④** 24日14:00~14:45 **④**  
⇒ハワイアンフラ 中島