

# 2021年1月 日曜・祝日プログラム担当者

※レッスン開始時間をご確認の上、ご参加ください。

		10日	11日(月祝)	17日	24日	31日
		Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
10	10:30	《新曲発表》 ボディバランス	10:30 ヨガ	10:30 太極拳	10:30 エンジョイエアロ 舟木 (45)	10:30 ボディバランス
	齊藤 (60)	池上 (60)	高坂 (60)		齊藤 (60)	
11	12:15	エンジョイエアロ 吉島 (45)	12:00 エンジョイステップ 藤田 (45)	12:00 エンジョイエアロ 石見 (45)	12:00 ボディメイクヨガ 神谷 (45)	12:00 ボディメイクヨガ 池上 (60)
1	1:30	《新曲発表》 ボディパンプ	1:30 ボディパンプ	1:30 ボディコンバット	1:30 ベーシックステップ 大久保 (40)	1:30 エンジョイステップ 石見 (45)
	清田・石見 (60)	金房 (60)	藤田 (60)			
2	3:00	《新曲発表》 ボディコンバット	3:00 ボディコンバット	3:00 ボディパンプ	3:00 ボディバランス	3:00 ボディコンバット
	清田・白松 (60)	金房 (60)	藤田 (60)	齊藤 (60)	森吉 (60)	
4						
		Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ
1	1:15	ホットYOGA45ek 細川 (45)	1:15 ホットYOGA45do 藤田 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 細川 (45)	1:15 ホットYOGA45do 神谷 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 池上 (45)
2						
		プール	プール	プール	プール	プール
10						
11	10:45		10:45 アクア45 山田 (45)			