

1月 日曜レッスン担当者

スタジオ	時間	レッスン	3日	10日	17日	24日	31日
A	10:30~	エアロ50	小杉IR	多賀IR	堀澤IR	西村IR	高坂IR
	11:40~	ヒーリング ヨガ	新春スペシャル 高田IR 11:40~12:40	高田IR	高田IR	高田IR	高田IR
	13:00~	週変わり レッスン	ステップ50 小杉IR	Hi-Lowエアロ 多賀IR	ステップ50 西村IR	ステップ50 西村IR	太極拳 たかさかIR
	14:20~	ボディコンバット45 or ボディパンプ45	ボディ パンプ45 和泉IR	ボディ パンプ45 西村IR	ボディ コンバット45 大西IR	ボディ パンプ45 西村IR	ボディ パンプ45 和泉IR
B	15:00~	ホット YOGA45do	高田IR	高田IR	高田IR	高田IR	高田IR

※「Aスタジオ」定員 18名 但し、ステップ・ボディパンプは定員 14名 「Bスタジオ」定員 12名

日曜日のスケジュールはエイムア・ミュールホームページにアクセス!!

【URL】<http://www.fitness-aim.com>