

2018年1月2日（火）

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

13:00-14:00【小林 基】



**YOGA**～雅楽&クラシック～

14:30-15:40【小林 基】

**エアロ中級**～新春エアロマラソン～  
ミドルインパクト・脂肪燃焼

2018年1月3日 (水)

11:00	11:00-11:45【田中 陽子】  ストレッチ
12:00	12:00-13:00【田中 陽子】 エアロ中級
13:00	
14:00	14:00-15:00【和田野 広美】  ピラティス&ヨーガ～ハワイアン～ お正月太り解消バージョン
15:00	15:15-16:00【和田野 広美】 ZUMBA®
16:00	
17:00	