



# ゴールドジム厚木神奈川 週替わりレッスン



|      |   |             |                   |         |
|------|---|-------------|-------------------|---------|
| 1/4  | 日 | 15:15～16:15 | コンテンポラリーダンス初中級    | 高橋 志帆   |
| 1/11 | 日 | 15:15～16:15 | RITMOS            | 山口明子    |
| 1/18 | 日 | 15:15～16:15 | 骨盤エクササイズ&フェイシャルヨガ | Tsubaki |
| 1/25 | 日 | 15:15～16:15 | フリースタイル           | リル      |