

ステップ.エアロビクス.ビート&キックスは45分、
GGキックボクシングは60分です。*お間違いないようにご参加ください。

	10月		11月		12月
10/2	11:45-12:30 渡辺 睦美 初中級ステップ	11/6	11:45-12:30 渡辺 睦美 初中級ステップ	12/4	11:45-12:30 渡辺 睦美 初中級ステップ
10/9	11.45-12.45 田村 勇太 GGキックボクシング ミット打ちが楽しめます。 	11/13	11.45-12.45 田村 勇太 GGキックボクシング ミット打ちが楽しめます。 	12/11	11.45-12.45 田村 勇太 GGキックボクシング ミット打ちが楽しめます。 
10/16	11:45-12:30 遠藤富美子 初級エアロ+ スタジオ初めての方も参加で きます 	11/20	11:45-12:30 遠藤富美子 初級エアロ+ スタジオ初めての方も参加で きます 	12/18	11:45-12:30 遠藤富美子 初級エアロ+ スタジオ初めての方も参加で きます 
10/23	11:45-12:30 金子 すず代 ビート&キックス スタジオ初めての方も参加で きます 	11/27	11:45-12:30 金子 すず代 ビート&キックス スタジオ初めての方も参加で きます 	12/25	11:45-12:30 金子 すず代 ビート&キックス スタジオ初めての方も参加で きます 
10/30	11:45-12:30 渡辺 睦美 初中級ステップ				

スケジュールは急遽変更になる場合がございます。予めご了承くださいませ。
皆さまどうぞご参加くださいませ