

ステップ.エアロビクスは60分 ヨガは90分です。
* お間違いないようにご参加ください。

	4月		5月		6月
4/7	12:50-13:50 渡辺 睦美 中級ステップ	5/5	12:50-13:50 渡辺 睦美 中級ステップ	6/2	12:50-13:50 渡辺 睦美 中級ステップ
4/14	13:00-14:30 SATOKA パワーヴィンヤサヨガ	5/12	東京メトロ運休の為お休み	6/9	13:00-14:30 SATOKA パワーヴィンヤサヨガ
4/21	12:50-13:50 遠藤富美子 中級エアロ	5/19	12:50-13:50 遠藤富美子 中級エアロ	6/16	12:50-13:50 遠藤富美子 中級エアロ
4/28	お休み	5/26	13:00-14:30 SATOKA パワーヴィンヤサヨガ	6/23	お休み
				6/30	12:50-13:50 渡辺 睦美 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