

【休講案内】

日にち	時間	プログラム	理由
6月24日 (月)	10:00-10:45	はつらつエアロ	アリーナでの大会で多目的ルームを使用する為
6月24日 (月)	11:00-12:00	やさしいヨガ	
6月24日 (月)	12:15-13:00	簡単サーキット&ストレッチ	
6月25日 (火)	9:20-10:05	肩こり・腰痛緩和体操	
6月25日 (火)	10:15-11:15	コース型：はじめてのフラ	
6月25日 (火)	11:30-12:15	BODYPUMP	
6月25日 (火)	12:30-13:15	BODYCOMBAT	
6月29日 (土)	9:30-10:15	BODYBALANCE	
6月29日 (土)	10:30-11:15	エクストリーム55	
6月29日 (土)	11:30-12:15	BODYJAM	
6月29日 (土)	12:30-13:30	やさしいヨガ	
7月13日 (土)	9:30-10:15	BODYBALANCE	
7月13日 (土)	10:30-11:15	エクストリーム55	
7月13日 (土)	11:30-12:15	BODYJAM	
7月13日 (土)	12:30-13:30	やさしいヨガ	