

4・5・6月 隔週レッスンのご案内

火曜日 11:45~12:15	担当 船橋	4月	5月	6月
初めてエアロ		1日、15日	13日、27日	10日、24日
ZUMBA GOLD		8日、22日	20日	3日、17日

火曜日 19:30~20:00		4月	5月	6月
平泳ぎ初級 (担当 niwa)		1日、15日	13日、27日	10日、24日
背泳ぎ (担当 安藏)		8日、22日	20日	3日、17日

金曜日 18:30~19:15	担当 根本	4月	5月	6月
天空大河		4日、18日	2日、16日、30日	6日、20日
FITNESS 養生気功		11日、25日	9日、23日	13日、27日

日曜日 16:25~16:55	バーチャルグリット	4月	5月	6月
アスレチック		6日、27日	18日	8日、29日
カーディオ		13日	4日、25日	15日、17日
ストレングス		20日	11日	1日、22日