2024年2月　週替レッスンプログラム

日にち	曜日	時間	レッスン名	担当
2月2日	金	20:40～21:40	ボディアタック	内山
2月9日	金	20:40～21:40	ボディバランス	森
2月16日	金	20:40～21:40	骨盤エクササイズ	近藤
2月23日	金	祝日のため休講		

2024年3月　週替レッスンプログラム

日にち	曜日	時間	レッスン名	担当
3月1日	金	20:40～21:25	骨盤ストレッチ	岡
3月8日	金	20:40～21:40	メガダンステック＆45	高野
3月15日	金	20:40～21:25	ポールストレッチ	平山
3月22日	金	20:40～21:40	ボディジャム	田原
3月29日	金	20:40～21:40	ボディジャム	田原