Ａ

Ｒ

Ｅ

Ｙ

Ｗ

Ｅ

Ｎ

ｙ

ｐ

ｐ

Ａ

Ａ

Ｈ



**年始特別営業日　１月３日(金)**

全て

予約なし

先着順

**スタジオ特別レッスン スケジュール**

**スタジオＡ**

**スタジオＣ**

**＊ ヨーガ ＊　 11：30～12：30**

**ストレッチを**

担当者 ；伊藤すみ子 　定員：40名

**以下の時間で行います。**

**＊ 健美操　＊　　13：30～14：30**

**11：30～11：50**

担当者 ； 川内真由美　 定員：40名

**14：00～14：20**

**伸びるタオルを使って**

**＊FANCNESSタオルで健康体操＊**

**14：30～14：50**

**15：00～15：40**

**15：30～15：50**

担当者 ； 肥塚昌幸　　 定員：30名

**※ストレッチの定員は**

**＊ 背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ ＊ 16：00～17：00**

**20名・先着順**

担当者 ；鈴木俊也 　　定員：40名

**となります。**

担当者 ； 神藤豊和 　 定員：30名

**枕体操＋太極拳＋気功の３本立て！是非ご参加下さい。**