

# 11月3日(火)祝日レッスンスケジュール表

11月より全利用者様

有料レッスン330円

が必要となります。

スタジオ	
スタジオ参加定員 <b>12名</b>	
10:00	<b>フラダンス</b> 10:00~10:45 <b>有料</b> 中達 馨
11:00	はじめてステップ 11:05~11:35 藤本 麻美
12:00	はじめてエアロ 11:55~12:25 永島 麻友子
13:00	ストレッチ15 12:45~13:00
	お腹シェイプ 13:20~13:35
14:00	Group Groove45 13:55~14:40 永島 麻友子
15:00	Group Centergy45 15:00~15:45 里 奈央美
16:00	Group Fight30 16:05~16:35 小島 翔
17:00	コアリラックス 16:55~17:25

前回好評だった  
フラダンスが再び登場!!  
ハワイアンミュージックに合わせて  
楽しく踊りましょう♪

旭屋内プールでは珍しい  
ステップのクラスが登場!!  
未経験でも楽しめる優しい  
クラスです!!

ジャンプなどの激しい  
動きがないので  
はじめての方でも  
参加していただきやすい  
クラスです!!

MOSSA祭り3本立て!!  
インストラクターと一緒に  
最高に熱いレッスンを  
楽しみましょう!!  
Let 'S MOVE!!

新型コロナウイルス感染拡大防止のため  
スタジオレッスン中も  
マスクの着用をお願いいたします。