

日付		スタジオ	時間	レッスン名	インストラクター		レッスン名	インストラクター
11/8	(金)	SHINE	10:15 ～ 11:00	ZUMBA	寺内	⇒	ユーバウンド	操神
		美ナーレ	11:20 ～ 12:05	ウェーブ & ヨガ			リラックスヨガ	まゆみ
11/9	(土)	SHINE	20:30 ～ 21:15	ストロング ZUMBA	HIROMI		シンプルエアロ	森
11/11	(月)	美ナーレ	18:45 ～ 19:45	ハンモック オープン	中野	⇒	ハンモック オープン	KANI☆ KANI
11/30	(土)	SHINE	14:45 ～ 15:30	太極舞	森田	⇒	太極舞	菊田
			15:45 ～ 16:25	ウェーブストレッチ			ストレッチポール	