

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
1/24	(金)	美ナーレ	14:00	ヨガ & ピラティス	高橋		ヨガ & ピラティス	YUKO
			~					
1/25	(土)	SHINE	10:15	メガダンス	篠原	⇒	バレトン	永田
			~					
			11:20	シェイプステップ			シェイプエアロ	
			~					
			14:45	太極舞	森田		太極舞	
			~					
15:45	ウェーブストレッチ		ストレッチポール					
~				16:25				