

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
10/4	(月)	SHINE	10:15 ~ 11:00	シンプルステップ	岩崎	⇒	ZUMBA	篠原
10/17	(日)		14:30 ~ 15:15	ZUMBA	牧野		シェイプエアロ	鎌倉
			15:45 ~ 16:30	インターバル			STRONG NATION	
								↑ 音楽と効果音が動きと シンクロした新感覚 インターバルトレーニング