

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
11/7	(日)	SHINE	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のインターバルトレーニング	