

「12月の単発教室」の実施カレンダー

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
全て単発参加です				1 ①18:30~19:30 ZUMBA®(谷本) ②19:45~20:45 ハンドクラブダンス(AKI)
4 ①11:30~12:30 ZUMBA®(藤川) ②13:00~14:00 ZUMBA GOLD®(藤川)	5 ①10:00~11:00 ZUMBA®&Sintex®(谷本) ②18:30~19:30 ZUMBA®(谷本)	6	7 ①14:30~15:30 ZUMBA GOLD® &ストレッチ(唐渡)	8 ①18:30~19:30 ZUMBA®(谷本) ②19:45~20:45 ハンドクラブダンス(AKI)
11 ①11:30~12:30 ZUMBA®(藤川) ②13:00~14:00 ZUMBA GOLD®(藤川)	12 ①10:00~11:00 ZUMBA®&Sintex®(谷本) ②18:30~19:30 ZUMBA®(谷本) ③19:55~20:55<<追加>> ZUMBA®(ACO)	13 ①14:30~15:30 太極舞®(池田)	14 ①14:30~15:30 ZUMBA GOLD® &ストレッチ(唐渡)	15 ①18:30~19:30 ZUMBA®(谷本) ②19:45~20:45 ハンドクラブダンス(AKI)
18 ①11:30~12:30 ZUMBA®(藤川) ②13:00~14:00 ZUMBA GOLD®(藤川) 無料体験会 ※どなたでも無料 ③19:45~20:45 マインドフルネスヨガ(眞鍋)	19 ①10:00~11:00 ZUMBA®&Sintex®(谷本) ②18:30~19:30 ZUMBA®(谷本) ③19:55~20:55<<追加>> ZUMBA®(ACO)	20 ①18:45~19:45<<追加>> ストレッチ&B-weightトレ (ACO)	21 ①14:30~15:30 ZUMBA GOLD® &ストレッチ(唐渡) ②19:30~20:30<<追加>> ハンドクラブダンス(AKI)	22 Xmas 特別レッスン ①19:45~20:45<<追加>> ZUMBA®(ACO)
25 Xmas 特別レッスン ①15:45~16:30<<追加>> バリーシェイプ(近藤) ↓↓日程に間違いがありました 無料体験会 ※どなたでも無料 ②19:45~20:45 マインドフルネスヨガ(眞鍋)	26 ①19:55~20:55<<追加>> ZUMBA®(ACO)	27 ①18:45~19:45<<追加>> ストレッチ&B-weightトレ (ACO)	28	