

2024年1月～3月 週替わり担当表

1/7(日)	1/14(日)	1/21(日)	1/28(日)
11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15
ピラティス 岡本	リラックスヨガ 高塚	チャレンジエアロ 藤田	ベーシックステップ 藤垣
12:30~13:15	12:30~13:15	12:30~13:15	12:30~13:15
キックボクシング 岡本	オリジナルエアロ 高塚	ZUMBA 新保	チャレンジエアロ 藤垣
2/4(日)	2/11(日)	2/18(日)	2/25(日)
11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15
ピラティス 岡本	リラックスヨガ 高塚	チャレンジエアロ 藤田	ベーシックステップ 藤垣
12:30~13:15	12:30~13:15	12:30~13:15	12:30~13:15
キックボクシング 岡本	オリジナルエアロ 高塚	ZUMBA 新保	チャレンジエアロ 藤垣
3/3(日)	3/10(日)	3/17(日)	3/24(日)
11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15
ピラティス 岡本	かんたんステップ 新保	ZUMBA 藤田	ベーシックステップ 藤垣
12:30~13:15	12:30~13:15	12:30~13:15	12:30~13:15
キックボクシング 岡本	ZUMBA 新保	チャレンジエアロ 藤田	チャレンジエアロ 藤垣