11　月　のプログラム休講

■ 11月7日（土）
　　13：30～14：30　美ボディ体幹トレーニング
■ 11月7日（土）
　　13：30～14：30　ピラティス
■ 11月5日（木）
　　10：15～11：00　体力アップ！バランスボール
■ 11月19日（木）
　　10：15～11：00　体力アップ！バランスボール
■ 11月23日（月）祝日
　　全レッスン