



# 11月

## 日曜週替わりスタジオプログラムのお知らせ



**11月4日**

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ミドルステップ45

担当：中田

**11月11日**

10:00~10:45	ZUMBA45
11:00~11:45	ヨガ45 (ベーシック)

ZUMBA担当：西田

ヨガ担当：織田 (富)

**11月18日**

10:00~10:45	ミドルエアロ45
11:00~11:45	ミドルステップ45

担当：舟木