4月 SKIP運動教室スケジュール

★時間：10:30～

★場所：あいなクリニック

【木曜日】

日	曜日	教室名	担当
3	木	ソフトジムボール	佐野
10	木	かんたんリズム体操	片平
17	木	サンクトバンド	臼井
24	木	ピラティス	山田

【土曜日】

日	曜日	教室名	担当
5	土	楽らく骨盤体操	山田
12	土	ヨガ～イス	山田
19	土	キックボクササイズ	佐野
26	土	コアトレシェイプUP	臼井

※ 1ヶ月前より予約受付致します。（電話可）

5月 SKIP運動教室スケジュール

★時間：10:30～
★場所：あいなクリニック

【月曜日】

日	曜日	教室名	担当
12	月	ストックウォーキング ～ハミングガーデンにて～	佐野

【木曜日】

日	曜日	教室名	担当
1	木	イス体操	佐野
8	木	キックボクササイズ	佐野
15	木	ピラティス	山田
22	木	コアトレシェイプUP	臼井
29	木	かんたんリズム体操	片平

【土曜日】

日	曜日	教室名	担当
3	土	楽らく骨盤体操	山田
10	土	ヨガ～イス	山田
17	土	ソフトジムボール	佐野
24	土	アロマストレッチ	山田
31	土	サンクトバンド	臼井

※ 1ヶ月前より予約受付致します。（電話可）