

8/1 (土)	15:00～16:00 バリエーション LOW ↓ ♪ 昭和歌謡ダンシング ♪	荒木 IR ↓ 黒川 IR
8/11 (火)	14:00～15:00 バリエーション LOW ↓	鈴木 IR ↓
8/11 (火)	15:20～16:20 リラックスヨガ	鈴木 IR ↓ 荒木 IR

8/12 (水)	10:00～11:00 LOW インパクト ↓ シェイプヨガ	鈴木 IR ↓ 森田 IR
8/12 (水)	14:00～15:00 パワーヨガ	岩田 IR ↓ 川路 IR
8/12 (水)	15:20～16:20 はじめてのピラティス	岩田 IR ↓ 川路 IR
8/13 (木)	11:00～12:00 ZUMBA ↓	高橋 IR ↓

8/13 (木)	19:00~20:00 Mind Evening Stretch ↓ ヨ ガ	柴原 IR ↓ 川路 IR
8/21 (金)	シェイプヨガ 10:00~11:00	跡部 IR ↓ 森田 IR
8/31 (月)	19:00~20:00 ZUMBA	Meg IR ↓ 黒川 IR