

2月 バラエティー(週替わりレッスン)

第1スタジオ 毎週日曜日 16:10~16:55(45分)



	内容	担当インストラクター/強度・難易度
2日	カロリーバーナー	田中 陽子 強度:★★★★ 難易度:★★★★
9日	カロリーバーナー	小林 基 強度:★★★★ 難易度:★★★★
16日	カロリーバーナー	柴 貴郎 強度:★★★★ 難易度:★★★★
23日	ビギナー	岡田 陽子 強度:★★★★ 難易度:★★★★



初心者の方でも安心してご参加いただける教室です。※強度や難易度は★が多いほどレベルが高くなります。