

# 3月バラエティレッスン



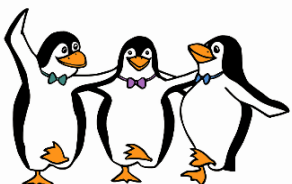
1日 → マインドフルネス気功 (盛實)

8日 → Dance Fit (古谷)

15日 → ヨガ (板東)

22日 → ZUMBA (田坂)

29日 → ストレッチポール (田坂)



**※バラエティレッスンは  
金曜日19:15~20:00です**

