

# 8月バラエティレッスン



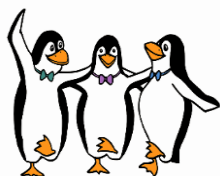
2日 →骨盤ダンス（高橋）

9日 →ストレッチポール（田坂）

16日 →ZUMBA（田坂）

23日 →美温活リンパストレッチ（古谷）  
（腸もみ）

30日 →カンフー扇（盛實）



※バラエティレッスンは  
金曜日19：15～20：00です

