

## 【11月 特別レッスン空席数】

日付	曜日	① 13:30~14:30 (13:15~受付)	② 15:00~16:00 (14:45~受付)
11月22日	火	ストレッチ&筋トレ (イス) 担当: 櫻庭	ストレッチ&トレーニング (イス) 担当: 渡邊
予約状況		満員	8
11月24日	木	リズム体操&ストレッチ (イス) 担当: 鈴木 (香)	マットde体操 担当: 鈴木 (智)
予約状況		満員	満員
11月29日	火	ストレッチ&筋トレ (イス) 担当: 櫻庭	ストレッチ&下半身トレ (イス) 担当: 渡邊
予約状況		満員	6
11月30日	水	リズムフィットネス (イス) 担当: 増田	ハワイアンdeエクササイズ (イス) 担当: 大浦
予約状況		18	26