

# たからづか花屋敷スポーツライフグループ フィットネススクール週間スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
時間			10:15～	10:15～		10:30～	
名称			ZUMBA	女性のためのヨガ		ストリートダンス	
講師名			吉田敦子	竹下利子		山本孝之	
時間	13:30～						
名称	カラダバリエクササイズ						
講師名	中島均子						
時間	15:30～		15:00～		15:30～		
名称	ピラティス		健美操		かんたんヨガ		
講師名	中西よしみ		健美操協会		URARA		
時間		19:00～			19:00～		
名称		YOGA			はじめてエアロ		
講師名		竹下利子			竹下恵子		