

神楽坂ゆる体操教室・8月のスケジュール

連絡先 03-3266-8812(坪山)

1	水			10:30	中(基)坪山					18:00	中(呼)坪山
2	木									19:00	初(通)檜村
3	金							15:00	初(歩)坪山	18:00	初(通)坪山
4	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(呼)坪山	13:30	初(通)●●				
5	日	9:00	初(通)坪山	10:30	中(強)坪山						
6	月										
7	火			10:30	初(通)坪山	13:30	中(歩)坪山			19:30	中(強)坪山
8	水			10:30	中(強)坪山					18:00	中(基)坪山
9	木									19:00	初(通)檜村
10	金							15:00	初(通)坪山	18:00	初(歩)坪山
11	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(基)坪山	13:30	初(通)坪山				
12	日	9:00	初(通)坪山	10:30	中(強)坪山						
13	月										
14	火			10:30	初(通)坪山	13:30	中(呼)坪山			19:30	中(歩)坪山
15	水			10:30	中(歩)坪山					18:00	中(強)坪山
16	木									19:00	初(通)檜村
17	金							15:00	初(通)坪山	18:00	サ(ゆ)森岡
18	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(強)坪山	13:30	初(歩)●●				
19	日	9:00	初(通)坪山	10:30	中(強)坪山						
20	月										
21	火			10:30	初(歩)坪山	13:30	中(基)坪山			19:30	中(呼)坪山
22	水			10:30	中(呼)坪山					18:00	中(歩)坪山
23	木									19:00	初(歩)檜村
24	金							15:00	初(通)●●	18:00	初(通)●●
25	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(歩)●●	13:30	初(通)●●				
26	日	9:00	初(歩)●●	10:30	中(強)●●						
27	月										
28	火			10:30	初(通)坪山	13:30	中(強)坪山			19:30	中(基)坪山
29	水			10:30	中(特)坪山					18:00	中(特)坪山
30	木									19:00	初(通)檜村
31	金							15:00	初(通)坪山	18:00	初(通)坪山