

神楽坂ゆる体操教室・3月のスケジュール					連絡先 03-3266-8812(坪山)				
1	日	9:00	初(通)榎村	10:30	初(歩)榎村				
2	月								
3	火			10:30	初(通)坪山	13:30	中(歩)坪山		19:30 中(強)坪山
4	水			10:30	中(筋)坪山				18:15 初(通)坪山
5	木								19:15 初(通)榎村
6	金						15:00	初(歩)坪山	
7	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(呼)坪山	13:30	初(通)榎村		
8	日	9:00	初(通)坪山	10:30	中(強)坪山				
9	月								
10	火			10:30	初(通)坪山	13:30	中(呼)坪山		19:30 中(歩)坪山
11	水			10:30	中(強)坪山				18:15 中(強)坪山
12	木								19:15 初(通)榎村
13	金						15:00	初(通)坪山	
14	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(筋)坪山				
15	日	9:00	初(通)坪山	10:30	初(歩)坪山				
16	月								
17	火			10:30	初(歩)坪山	13:30	中(筋)坪山		19:30 中(呼)坪山
18	水			10:30	中(歩)坪山				18:15 初(通)坪山
19	木								19:15 初(通)榎村
20	金						15:00	初(通)坪山	19:15 初(サ)森岡
21	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(強)坪山	13:30	初(歩)坪山		
22	日	9:00	初(通)坪山	10:30	中(強)坪山				
23	月								
24	火			10:30	初(通)坪山	13:30	中(強)坪山		19:30 中(基)坪山
25	水			10:30	中(呼)坪山				18:15 中(強)坪山
26	木								19:15 初(歩)榎村
27	金						15:00	初(通)坪山	
28	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(歩)坪山	13:30	初(通)坪山		
29	日								
30	月								
31	火			10:30	初(通)坪山	13:30	中(強)坪山		19:30 中(基)坪山