

神楽坂ゆる体操教室・11月のスケジュール				連絡先 03-3266-8812(坪山)					
1	日	9:00	初(通)坪山	10:30	初(歩)坪山				
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(基)坪山				18:15 初(通)坪山
5	木								19:15 初(通)坪山
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)坪山		
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)坪山
13	金						15:00	初(通)坪山	
14	土	9:00	初(通)植田	10:30	中(基)坪山	13:30	初(通)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(基)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)坪山
20	金						15:00	初(通)坪山	
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						
23	月								
24	火			10:30	初(通)坪山	13:30	中(強)坪山		19:30 中(筋)坪山
25	水			10:30	中(呼)坪山				18:15 中(強)坪山
26	木								19:15 初(歩)坪山
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	9:00	初(通)坪山	10:30	中(強)坪山				
30	月								

現在、全てのクラスにつきまして、「教室レッスン」と「オンラインレッスン」を開催しております。