

好きになる15分 無料教室

月曜日			(男性・女性)			火曜日			(男性・女性)			水曜日			(男性・女性)		
教室名	時間	スタッフ	教室名	時間	スタッフ	教室名	時間	スタッフ	教室名	時間	スタッフ	教室名	時間	スタッフ	教室名	時間	スタッフ
腕肩らくケア	13:40~	山崎	ストレッチ	13:30~	下津	英会話	16:55~	高橋	僕のおすすめこの一冊	15:45~	加藤	モルック体験※	17:20~	狭山			
ストレッチポール	14:05~	田中	身体の仕組み	13:55~	加藤				ヨガ	16:20~	加藤						
美文字	16:40~	中田	JSA	18:25~	栄				英会話	17:05~	高橋						
バランスボール	18:00~	松田	脳トレ	20:25~	村井												

金曜日		
教室名	時間	スタッフ
トレーニング	12:35~	宅見
セルフフェイシャル マッサージ	15:50~	市来
リフティング	17:40~	梅本
折紙	19:45~	狭山
モルック体験※	20:15~	徳島
JSA	20:50~	栄

土曜日		
教室名	時間	スタッフ
水中ウォーキング	12:30~	山本
スマホの使い方	15:25~	下津
トレーニング	16:15~	宅見
タオルエクサ	16:40~	宅見

日曜日		
教室名	時間	スタッフ
ボクシング	14:30~	藤瀬

※モルック・・・フィンランドで開発された数字のついた木を倒して点数を競うゲームです

青文字 文化系