

10月 サンデーレッスン スケジュール

場所：シーバス・スポーツクラブ上山田

| 期 日 | 時 間 | レッスン内容 | 担当 I R |
|-----|--|--------|--------|
| 2日 | 11:00~11:50 | 初中級エアロ | SHUN |
| | 12:00~12:50 | 中級エアロ | SHUN |
| 9日 | シーバス上山田店の清掃の為、施設を使用することができないため サンデーレッスンはお休みになります。 | | |
| 10日 | | | |
| 16日 | 11:00~11:50 | 中級エアロ | NAO |
| | 12:00~12:50 | 初中級エアロ | NAO |
| 23日 | 11:00~11:50 | 中級ステップ | 柳沢 |
| | 12:00~12:50 | 中級エアロ | 柳沢 |
| 30日 | 11:00~11:50 | 中級ステップ | 南澤 |
| | 12:00~12:50 | 中級エアロ | 南澤 |

※ レッスン利用には、チケット（別料金）が必要となります。