

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

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。