

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