

# 2021年度 冬期教室新規募集人数

教室（対象・内容）	時間	担当	曜日	募集人数
シニアヨガ（60歳以上）	10:15-11:15	太田	月曜	1
陰暦ヨガ	13:15-14:15	渡邊		18
トータルEX	19:00-20:00	倉光		4
ストレッチヨガ	11:00-12:00	佐々木	火曜	5
代謝アップトレーニング	19:00-20:30	久保		12
リラックスヨガ	10:00-11:00	鈴木	水曜	14
健康寿命アップ体操	13:00-14:00	久保		15
ヨガ 夜間	19:00-20:00	大原		3
スポーツウエルネス吹矢	9:30-11:30	杉山	木曜	9
ヨガ 午前	10:30-11:30	藤井	金曜	13
トータルEX	13:00-14:00	倉光		13
アッシュタンガヨガ	20:00-21:00	落合		11