

## 2018年 10月 セミパーソナルレッスン予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		19:15~20:15 サーキット 鈴木			19:00~20:00 ピラティス 鈴木	12:30~13:30 ピラティス& トレーニング
7	8	9	10	11	12	13
	15:00~18:00 スピーチショー	19:15~20:15 ピラティス 鈴木			19:00~20:00 ピラティス 鈴木	12:30~13:30 ピラティス& トレーニング 田中
14	15	16	17	18	19	20
		19:15~20:15 サーキット 鈴木				12:30~13:30 ピラティス& トレーニング 田中
21	22	23	24	25	26	27
ハイキング 蛭名先生、鈴木		19:15~20:15 ピラティス 鈴木				12:30~13:30 ピラティス& トレーニング 田中
28	29	30	31			
10:00~12:00 バレエコンディショニング 水井先生、鈴木		19:15~20:15 ピラティス 鈴木				