

すみだ健康ハウス スタジオプログラム (H20.7/20~8/31)

日	月	火	水	木	金	土
<p>すみだ健康センターで行います。</p> <p>すみだスポーツ</p> <p>健康センターで</p>	<p>休館日</p> <p>&lt;クラスレベル&gt;</p> <p>入門クラス</p> <p>初級クラス</p> <p>中級クラス</p> <p>子供対象クラス</p>	<p>10:30</p> <p>パワーヨガ</p> <p>岡山</p>	<p>10:00</p> <p>やさしいヨガ</p> <p>石橋</p> <p>10:50</p>	<p>←7/23 休講</p>	<p>10:00</p> <p>親子リズム体操</p> <p>松崎 (2歳~4歳)</p> <p>10:50</p>	<p>←8/15 休講</p>
		<p>11:20</p> <p>↑</p> <p>8/12 休講</p>	<p>11:00</p> <p>キッズ体操</p> <p>石橋</p> <p>11:50</p> <p>↑</p> <p>7/23 休講</p>	<p>7/25 休講→</p>	<p>11:00</p> <p>ヨガ</p> <p>石橋</p> <p>11:50</p> <p>12:00</p> <p>&lt;期間限定&gt;</p> <p>水中歩行力</p> <p>アップ体操(陸上)</p> <p>石橋</p> <p>12:50</p>	<p>11:00</p> <p>マットピラティス</p> <p>北岡</p> <p>11:50</p> <p>↑</p> <p>8/16 休講</p>
					<p><b>料金：8回¥6300</b></p> <p>※有効期限9月末</p>	
		<p>7/22.29</p> <p>8/5.19.26</p>	<p>7/30</p> <p>8/6.13.20.27</p>	<p>7/24.31</p> <p>8/7.14.21.28</p>	<p>7/25</p> <p>8/1.8.15.22.29</p>	<p>7/26</p> <p>8/2.9.23.30</p>
				<p>19:00</p> <p>マットピラティス</p> <p>丸山</p> <p>19:50</p>	<p>すみだ健康センターで行います。</p>	