

月曜日 19:45 スキャンスタッフオリジナル30 (30分)		4日	5周年イベント開催につき、別紙をご覧ください。	11日		25日
火曜日 9:45 有酸素プログラム30 (30分)		5日		楽しく筋トレ 倉田	19日	26日
木曜日 9:45 有酸素プログラム30 (30分)		7日		シンプルエアロ 東海	シンプルエアロ 東海	やさしいエアロビクス 久保
金曜日 9:00 機能改善ストレッチ30 (30分)	1日	8日	15日	22日	29日	
金曜日 10:00 水中ウォーキング30 (30分)	1日	久保	倉田	久保	東海	
土曜日 14:00 スキャンスタッフオリジナル30 (30分)	2日	8日	15日	22日	29日	
		久保	倉田	久保	倉田	
		9日	16日		30日	
		楽しく筋トレ 久保	シンプルステップ 倉田		シンプルステップ 倉田	