

ゴールドジム湘南神奈川 週替わりレッスン

9/14	月	12:30～13:30	筋膜リリース & ストレッチ	佐藤 久美
		19:00～20:00	ベーシックローインパクト(初中級)	貝塚 あずさ
9/21	月	12:30～13:30	ファイティングスリム	清水 亜佐子
		19:00～20:00	リラックスフローヨガ	黒澤 和美
9/28	月	12:30～13:30	オリジナルエアロ(中級)	笠井 維
		19:00～20:00	コアパワーヨガ	黒澤 和美