

# レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00			★9:30-10:15 座って踊る! 簡単リズム体操 500円		★9:30-10:15 座って踊る! 簡単リズム体操 500円			
10:00			★10:30-11:30 体の芯からほぐれる 快適ストレッチ 500円		★10:30-11:30 体の線をしっかり引き締める体幹トレーニング 1,000円	踊ってみよう 10:00 - 12:00 2,000円 *前日までに要予約		
11:00								
13:00								
14:00	空いている時間は、個人レッスンを承ります。 受講人数や場所、レッスンの内容、料金等、お気軽にご相談ください。 電話：070-1515-8427 (遠校) Mail：megumy2015@gmail.com							
15:00								
16:00								
17:00								
18:00						★18:00-19:00 サルサ 500円		
19:00				★19:00-20:00 体の芯からほぐれる 快適ストレッチ 500円		★19:00-20:00 体の芯からほぐれる 快適ストレッチ 500円		
20:00	★19:30-21:00 サルサ & ストレッチ 500円							

場所：Aozo Light 2階 (〒781-7103 高知県室戸市浮津395-1)

月に一度、設備使用料として別途100円頂きます。第5週目は、レッスンはありません。

★マークの付いているレッスンは、Aozol Light 未来チケットのダンスチケットが利用できます。レッスンは、日程の変更や休校の場合もあります。初めて受講される方は一度ご連絡下さい。

電話：070-1515-8427      メール：megumy2015@gmail.com

古戸商店街  
駐車場

Aozo Light

古戸商店街

鍋島書店

山本印章堂  
電気店

山崎衣料店

駐車場は古戸商店街専用駐車場をご利用頂けます。お店の場所は、鍋島書店さん、山崎衣料店さんの向かい、黄色いテントが目印です。