

# エアロビクス & ズンバ



## 土曜日

**【エアロビクス初級】**

**10:30 - 10:45**

**【エアロビクスベーシック】**

**10:50 - 11:25**

**【ズンバ初級】**

**11:30 - 11:45**

**【ズンバベーシック】**

**11:50 - 12:25**

インストラクター **篠原 みゆき**

色々なフィットネスクラブでZUMBAをはじめとする多くのスタジオプログラムを担当しています。  
みなさんと楽しくエクササイズができればいいなと思っています！

