☆フロア教室持ち物

曜日	教室名	持ち物
火	ダンベル体操	飲み物・タオル・運動靴・ダンベル2つ（500g以下）
	バランスヨガ	飲み物・タオル・ヨガマット
	はじめてピラティス	飲み物・タオル・硬式テニスボール・ヨガマット
	ZUMBA	飲み物・タオル・運動靴
水	バレエエクササイズ	飲み物・タオル
	チアダンス（幼児）	飲み物・タオル・ポンポン
	チアダンス中級（小学生）	飲み物・タオル・ポンポン
	チアダンス上級（小学生）	飲み物・タオル・ポンポン
木	やさしいローラーピラティス	飲み物・タオル・ヨガマット
	バランスヨガ	飲み物・タオル・ヨガマット
	スタンディングピラティス	飲み物・タオル・ヨガマット
	ZUMBAGOLD	飲み物・タオル・運動靴
	チアダンス（幼児）	飲み物・タオル・ポンポン
	チアダンス初級（小学生）	飲み物・タオル・ポンポン
金	ゆるムーブ	飲み物・タオル・運動靴・硬式テニスボール2つ
	姿勢改善＆ほぐしヨガ	飲み物・タオル・ヨガマット
	アンチエイジングストレッチ	飲み物・タオル・運動靴・ヨガマット・プールスティック（セリアで購入をお願い致します）
	やさしいピラティス	飲み物・タオル・ヨガマット
	美姿勢 yoga	飲み物・タオル・ヨガマット
	アンチエイジングストレッチ	飲み物・タオル・運動靴・ヨガマット・プールスティック（セリアで購入をお願い致します）
日	リフレッシュヨガ	飲み物・タオル・ヨガマット