

# エアロビクス

&

ズンバ

# ZUMBA

## 土曜日

### エアロビクス

♥【初級】 10:30 - 10:45

【ベーシック】 10:50 - 11:25

### ZUMBA

♥【初級】 11:30 - 11:45

【ベーシック】 11:50 - 12:25

担当インストラクター 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！