

月	火	水	木	金	土	日
10:00	参加費 300円 2/5.19	2/12.26 10:00-10:45 らくらく運動 Tomoko,Miho	2/6.20 10:00-10:45 バランス コーディネーション Sachiko	2/13.27 10:00-10:45 太極舞 Sachiko	2/1 10:00-11:00 アイヨガ i*yoga 1200円	2/15 10:00-11:15 アイヨガ i*yoga ITO 1500円
11:00	テラ 多摩川サロン 10:30~体操30分 11:00~おしゃべり Miho	2/12.26 11:00-11:45 ZUMBA GOLD Reiko	2/6.20 11:00-11:45 ZUMBA Sachiko	2/13.27 11:00-11:45 天空大河 Sachiko	予約制	
12:00	2/5.19 12:00-12:45 バランス コーディネーション Tomoko	2/12.26 12:00-12:45 ピラティス Tomoko				
13:00	外部レンタル	毎週 13:00-13:45 ラテンエクспレスコンサルサ Tomoko	2/20.27 13:00-13:45 ZUMBA GOLD Miho	毎週 13:00-13:45 ピラティス Tomoko	2/9.23 13:00-13:45 ZUMBA GOLD Aya	
14:00	(予約制) 2/5.19	2/12.26 14:00-14:45 ラテン基礎レッスン 無料体験会 Tomoko	2/20.27 14:00-14:45 バランス コーディネーション Tomoko	2/7.14.21 14:00-14:45 ヨガサークル Nanae 500円	毎週 14:00-14:45 ZUMBA GOLD Tomoko	2/9.23 14:00-14:45 バランス コーディネーション Aya
15:00	初心者の方、スキルアップしたい方、どなたでも。新レッスン開講にむけての体験会です。		2/20.27 14:00-14:45 らくらく運動 Miho	2/14.28 15:15-16:00 美ユティー BodyWave Kyoko	2/21 15:15-16:00 ZUMBA Kyoko	2/16 14:00-15:30 背骨 コンディショニング Yuki 1000円
16:00	隔週 16:00-18:00 ロボット教室	毎週 16:30-17:30 ティアラバレエ (幼児-低学年) 高山 操	隔週 16:00-18:00 ロボット教室		毎週 15:30-17:30 キッズチアダンス (幼児-低学年) Natsuna	
17:00	ヒューマンアカデミー		ヒューマンアカデミー	毎週 18:00-19:00 MJCダンスカンパニー キッズダンス Achi		

テラ公式LINE
アカウント→

<https://line.me/R/join?%40qp4396r>



テラ情報&スケジュールをお送りします。