

スタジオレッスン代行

		変更前		変更後		
10/12(月)	12:30~13:15	ビギナーエアロ	新井	12:45~13:15	はじめてエアロ	福井
10/12(月)	13:45~14:30	オキシジェノ	新井	13:45~14:30	MEGA DANZ	福井
10/12(月)	16:15~17:00	ポルド・ブラ	新井	16:15~17:00	MEGA DANZ	武田
10/17(土)	13:15~14:00	フィジカルトレーニング	菅原	13:15~14:00	ダンスエアロ	nagisa
10/23(金)	13:15~14:00	やさしいヨガ	Yuki	13:15~14:00	THE ストレッチ	小川
10/24(土)	14:30~15:15	ビギナーエアロ	nagisa	14:30~15:15	オリジナルエアロ	菅原
10/24(土)	15:45~16:30	やさしいヨガ	田辺(千)	15:45~16:30	やさしいヨガ	Yuki
10/28(水)	10:00~10:45	やさしいエアロ	保積	10:00~10:45	やさしいエアロ	堤
10/28(水)	11:15~12:00	筋コンディショニング&ストレッチ	保積	11:15~12:00	筋コンディショニング&ストレッチ	堤
10/31(土)	11:15~12:00	ハワイアンフラ(初~中級)	naoko	11:15~12:00	ウォーキングエクササイズ	菅原
11/2(月)	10:00~10:45	らく楽ハワイアンフラ	naoko	10:00~10:45	やさしいエアロ	保積
11/4(水)	16:30~17:15	ビギナーエアロ	堤	16:30~17:15	ビギナーエアロ	nagisa
11/11(水)	12:45~13:30	ZUMBA GOLD	木村	12:45~13:30	ファットバーンエクストリーム	保積

2020.10.11更新