

レッスン代行のお知らせについて

	変更前			変更後		
9/20(水)	19:00～19:45	コアトレーニング(呼吸編)	野中	19:00～19:45	ボディメイク&ストレッチ	根岸
9/21(木)	11:30～12:15	やさしいエアロ	野中	11:30～12:15	やさしいエアロ	今井
9/21(木)	12:35～13:20	ピラティス	野中	12:35～13:20	ピラティス	今井
9/22(金)	20:05～20:50	ビギナーエアロ	野中	20:05～20:50	ビギナーエアロ	根岸
9/30(土)	15:45～16:30	やさしいピラティス	永塚	15:45～16:30	オキシジェノ	nagisa

2023.9.18更新

写真に撮ってご利用ください。