

レッスン代行のお知らせについて

	変更前			変更後		
11/25(土)	11:05～11:50	ハワイアンフラ(初～中級)	naoko	11:05～11:50	コアトレーニング & ストレッチ	保積
11/27(月)	18:40～19:25	FIGHT D045	nagisa	18:40～19:25	ビギナーエアロ	野中
11/27(月)	19:45～20:30	オキシジェノ	nagisa	19:45～20:30	やさしいピラティス	野中
11/30(木)	12:35～13:20	オリジナルエアロ	美細津	12:35～13:20	オリジナルエアロ	山口
11/30(木)	13:40～14:25	Q-Ren(骨盤体操)	美細津	13:40～14:25	コアトレーニング & ストレッチ	野中
11/30(木)	15:00～15:45	やさしいピラティス	永塚	15:00～15:45	ストレッチ	小川

2023.11.21更新

写真に撮ってご利用ください。