

レッスン代行のお知らせについて

	変更前			変更後		
10/7(月)	14:20~15:05	やさしいエアロ	塚本	14:20~15:05	やさしいエアロ	保木本
10/8(火)	12:55~13:40	やさしい筋トレ	菅原	12:55~13:40	骨盤コンディショニング	今井
10/10(木)	13:40~14:40	太極拳	小川	13:40~14:40	太極拳	徳江
10/11(金)	12:10~12:55	ストレッチ	小川	12:10~12:55	ボディメイクトレーニング	浅野
10/12(土)	10:00~10:45	ビギナーエアロ	保積	10:00~10:45	ビギナーエアロ	山口
10/13(日)	16:00~16:45	ラテンエアロ	木村	16:00~16:45	ピラティス	菅原
10/14(月)	12:10~12:55	ビギナーエアロ	新井	12:10~12:55	ビギナーエアロ	山口
10/14(月)	13:15~14:00	オキシジェノ	新井	13:15~14:00	バレトン	保木本
10/14(月)	15:25~16:10	ポルド・ブラ	新井	15:25~16:10	ポルド・ブラ	丸山

2024.10.5更新

写真に撮ってご利用ください。