レッスン代行のお知らせについて

		変更前	→	変更後		
5/22(木)	16:15~16:45	FIGHTDO30	森田	16:15~16:45	FIGHTDO30	nagisa
5/22(木)	17:05~17:35	オキシジェノ30	森田	17:05~17:35	オキシジェノ30	nagisa
5/22(木)	19:15~20:00	オリジナルエアロ	菅原	19:15~20:00	オリジナルエアロ	nagisa
5/22(木)	20:20~21:05	ボディメンテエクササイズ	菅原	20:20~21:05	ボディメンテナンス骨盤体操	YUMIN
5/24(土)	11:05~11:50	ハワイアンフラ	naoko	11:05~11:50	ビギナーエアロ	塚本
5/24(土)	13:15~14:00	フィジカルトレーニング	菅原	13:15~14:00	ボディメーカーキングストレッチ	根岸
5/24(土)	15:45~16:30	ケアストレッチ	菅原	15:45~16:30	からだほぐしヨガ	水木
5/26(月)	10:00~10:45	ハワイアンフラ初級	naoko	10:00~10:45	バレトン入門	Junko
5/27(火)	12:55~13:40	やさしい筋トレ	菅原	12:55~13:40	昭和歌謡ダンス	Asami
5/29(木)	19:15~20:00	オリジナルエアロ	菅原	19:15~20:00	オリジナルエアロ	nagisa
5/29(木)	20:20~21:05	ボディメンテエクササイズ	菅原	20:20~21:05	ボディメンテナンス骨盤体操	YUMIN
5/31(土)	13:15~14:00	フィジカルトレーニング	菅原	13:15~14:00	ハッピーヨガ	大嶋
5/31(土)	14:20~15:05	ビギナーエアロ	根岸	14:20~15:05	ビギナーエアロ	塚本
5/31(土)	15:45~16:30	ケアストレッチ	菅原	15:45~16:30	からだほぐしヨガ	水木

2025.5.17更新

写真に撮ってご利用ください。