

レッスン代行のお知らせについて

		変更前 →		変更後		
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
6/3(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
6/5(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
6/5(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
6/6(金)	13:00~13:45	はじめてhiphop	kyohel	13:00~13:45	ボルドーブラ	丸山
6/6(金)	14:20~15:05	パレトン	保木本	14:20~15:05	フィットネス養生気功	mimi
6/6(金)	19:00~19:45	アンチ・エイジングヨガ	水木	19:00~19:45	ヨガ	西元
6/7(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
6/7(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
6/10(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
6/12(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
6/12(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
6/14(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
6/14(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

2025.5.26更新

写真に撮ってご利用ください。