

## レッスン代行のお知らせについて

	変更前			→	変更後		
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
6/16(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
6/16(月)	13:15~14:00	オキシジェノ	新井		13:15~14:00	健康バレエ	保木本
6/16(月)	15:25~16:10	ポルド・ブラ	新井		15:25~16:10	ポルド・ブラ	丸山

2025.6.8更新

写真に撮ってご利用ください。