

2026/1/19 更新

【レッスン代行のお知らせ】 写真を撮ってご利用ください。

日付	レッスン時間	プログラム名			担当		
1/30 (金)	13:15	ヨガ	⇒	ヨガ	浅野	⇒	今井
2/7 (土)	10:00	オキシジェノ	⇒	朝ヨガ	nagisa	⇒	水木
2/7 (土)	11:05	FIGHT DO 45	⇒	らくらくエアロ	nagisa	⇒	菅原
2/9 (月)	18:45	FIGHT DO 45	⇒	らくらくエアロ	nagisa	⇒	菅原
2/13 (金)	11:00	MEGA DANZ	⇒	美歩～beauty walk～	今井	⇒	菅原
2/13 (金)	12:00	骨盤コンディショニング	⇒	ケアストレッチ	今井	⇒	菅原