

2026/4/18 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		
4/29 (水)	15:00	FIGHT DO 45	⇒	FIGHT DO 45	nagisa	⇒	田島
5/3 (日)	13:45	からだほぐしヨガ	⇒	フィットネス養生気功	水木	⇒	mimi
5/6 (水)	11:35	ビギナーエアロ	⇒	床バレエ	塚本	⇒	kyoko
5/6 (水)	12:45	はじめてエアロ	⇒	床バレエストレッチ	塚本	⇒	kyoko