

2026/5/18 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		
5/20 (水)	19:50	太極拳	⇒	ボールでゆるめる・きたえる	徳江	⇒	菅原
5/29 (金)	14:20	バレトン	⇒	ボールでゆるめる・きたえる	保木本	⇒	菅原
5/29 (金)	19:00	アンチ・エイジングヨガ	⇒	リラックスヨガ	水木	⇒	nagisa

