

2026/6/26 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		
6/30 (火)	12:55	やさしい筋トレ	⇒	やさしい筋トレ	菅原	⇒	武田
7/4 (土)	11:00	ハワイアンフラ (初~中級)	⇒	やさしいエアロ	naoko	⇒	塚本