

スタジオ代行・休講のお知らせ

9/10,17,24 (木)	10:30~11:00	朝の元気体操	休講
9/19(土)	14:00~14:45	レスミルストーン→ ボディジャム(定員 25 名)	小森→鳥居
9/19(土)	15:05~15:50	ボディジャム→ 初級エアロ	徳田→池田
9/20(日)	14:15~15:00	ボディバランス→ ボディジャム(定員 25 名)	小森→鳥居
9/22(火)	19:45~20:15	ボディバランス→ 健康ボディトレーニング	小森→MIWA
9/22(火)	20:35~21:20	レスミルストーン→ エアロサーキット (定員 30 名)	小森→MIWA
9/26(土)	14:00~14:45	レスミルストーン→ 初級エアロ	小森→池田
9/27(日)	14:15~15:00	ボディバランス→ ボディジャム	小森→徳田

スイミングプール レッスン代行・休講のお知らせ

9/10(木)	21:05~21:50	スイムトレーニング	休講
9/11(金)	13:45~14:30	スイム中級	本田→田澤
9/22(火)	13:15~14:00	スイム初級	本田→荒木

スイミングプール コース制限のお知らせ

9 / 19(土)	19:00~20:30	体験会準備のため	奥 2 コース
9 / 20(日)	10:00~11:00	体験会のため	奥 2 コース