

スタジオ代行・休講のお知らせ

9/17,24(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→ 健康ボディアレニング	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

10/8(木)	11:45~12:15	エアロ→ボディジャム	梶川→鳥居
10/8(木)	13:45~14:30	健康ボディトレーニング	恭子→MIWA

スイミングプール レッスン代行・休講のお知らせ

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