

代行・時間変更案内

代行案内

日付	レッスン名	時間	曜日	担当		レッスン名	担当	備考
10/3	姿勢改善	11:00~11:45	木	安田 千草	➡	ウェブストレッチリング	福島 浩子	
10/3	ZUMBA	12:00~12:45	木	安田 千草	➡	ZUMBA	福島 浩子	
10/7	ピラティス	15:00~15:45	月	石松 朱美	➡	調整中		
10/14	エアロ30	12:10~12:40	月	田中 陽子	➡	コンディショニング30	美香	
10/14	ヨガ45	12:55~13:40	月	田中 陽子	➡	ヨガ45	美香	
10/16	リトモス	14:15~15:00	水	近藤 知佳	➡	ZUMBA	今峯 扶美子	
10/16	ポルドブラ	14:15~15:00	水	船曳 奈緒美	➡	ピラティス	安田 千草	
10/24	姿勢改善	11:00~11:45	木	安田 千草	➡	コンディショニング45	美香	
10/24	ZUMBA	12:00~12:45	木	安田 千草	➡	ZUMBA	美香	