

レッスン休講のお知らせ

日付	曜日	時間	レッスン名	インストラクター
3/1	金	13:30-14:15	血行促進(スタジオ)	栞原
3/1	金	14:30-15:30	血行促進(プール)	栞原

インストラクター変更のお知らせ

日付	曜日	時間	レッスン名	インストラクター
3/1	金	20:30-21:15	アクアウォーキング	栞原→池中

レッスン変更のお知らせ

3/2	土	10:30-11:15	リフレッシュヨガ→ピラティス	北口→小寺
3/2	土	17:00-17:30	かんたんバランスボール→サーキット30	栞原→中辻
3/5	火	10:30-11:15	脂肪燃焼エアロ→シェイプエアロ	池田→三澤

インストラクターの都合により変更させていただきます。ご理解の程、宜しくお願い申し上げます。