

サービスプログラム代行・休講のお知らせ

1/25 (土)	13:30～ (30)	ステップ30	るみ	⇒	休講
	14:20～ (60)	エアロ60(有料)	るみ	⇒	休講
1/27 (月)	12:45～ (45)	背骨 コンディショニング ⇒ ヨガ45	石神	⇒	赤塚
	14:40～ (45)	背骨 コンディショニング ⇒ 身体リセット	石神	⇒	森田
1/31 (金)	10:00～ (40)	エアロ40	加藤	⇒	休講
	12:05～ (45)	パワーヨガ60(有料)	加藤	⇒	休講
	12:05～ (45)	ZUMBA45	豊田	⇒	梅田
	13:05～ (30)	エアロ30	豊田	⇒	梅田
2/1 (土)	13:30～ (30)	ステップ30	るみ	⇒	伊奈
	14:20～ (60)	エアロ60(有料)	るみ	⇒	休講
2/3 (月)	11:00～ (20)	ちょこっと腹筋	大林	⇒	高尾
	11:30～ (20)	ちょこっと脚トレ	大林	⇒	高尾
	12:00～ (30)	エアロ30	大林	⇒	赤塚
2/4 (火)	11:20～ (20)	はじめてダンベル	大林	⇒	休講