

インストラクター代行のお知らせ

下記のレッスンのインストラクターが変更となっております。
ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承のほどよろしくお願いいたします。

日付	曜日	時間	場所	対象プログラム	担当者	代行者
11/12	火	13:20	第1スタジオ	代謝をあげて きれいになる昼ヨガ	戸高 景子	→ 山本 裕美
11/15	金	19:00	第2スタジオ	ランニングクラブ	市河麻由美 大島めぐみ	→ 休講
11/19	火	21:00	第1スタジオ	ヒーリングストレッチ <レッスン変更> アクティブストレッチ	渡部 保子	→ 福岡 淳
11/26	火	14:30	第1スタジオ	Twis-Tone	KAHORI	→ 島田 厚
11/29	金	10:00	第1スタジオ	椅子を使った健康体操 チェアエクササイズ	KAHORI	→ 渡部 保子
11/29	金	11:10	第1スタジオ	女性のための 初めての筋トレ	KAHORI	→ 福岡 淳
12/6	金	13:35	第1スタジオ	リズム体操	高田 巖	→ 小池 光世
12/6	金	14:30	第1スタジオ	アロマストレッチ	高田 巖	→ 小池 光世
12/10	火	12:40	第1スタジオ	キックシェイプ <レッスン変更> 全身シェイプ	市川 梓	→ 福岡 淳