

レッスンの代行と変更のお知らせ

日時	レッスン名	時間	担当
7月26日(木)	低体力者のための貯筋体操	11:30-12:30	原 → 中西
7月27日(金)	エアロ初級	10:45-11:45	中野 → 田中
	フローズローヨガ ↓↓↓ ヨガ	19:00-20:00	中野 → akiko
	ステップ&ストレッチ ↓↓↓ エアロ初級	20:15-21:15	中野 → 磯辺

※通常の内容と異なる場合がございます。ご了承くださいませようお願いいたします。