

## 11月度 レッスンの代行と変更のお知らせ①

日時	レッスン名	時間	担当
11月13日(火)	キックボクシング	20:15-21:15	笹谷 → 漆原
11月20日(火)	ズンバ ↓↓↓ 自重フィジカルトレーニング	19:00-20:00	大場 → 笹谷
11月22日(木)	エアロ初中級 ↓↓↓ アラビアンエアロ45	10:45-11:30	田辺 - 長谷川

※通常のレッスンと異なる内容になる場合がございます。予めご了承ください。

## 11月度 レッスンの代行と変更のお知らせ②

日時	レッスン名	時間	担当
11月24日(土)	コアアタック ↓↓↓ パワーピラティス	11:15-12:15	中山 → 渡邊
	バーベルファイト ↓↓↓ 美尻エクササイズ 45	12:30-13:15	

※通常のレッスンと異なる内容になる場合がございます。予めご了承ください。