

2月度 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
2月6日(水)	ローインパクトエアロ	19:15-20:00	花井 → 磯辺
	筋コンディショニング&ストレッチ	20:15-21:00	花井 → 磯辺
2月12日(火)	キックボクシング ↓↓↓ トレーニング&リラクゼーション	20:15-21:15	笹谷 → 大場
2月18日(月)	腹筋同好会 ↓↓↓ コアトレーニング	11:00-12:00	朝倉 → 知念

※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。