

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
9月1日(日)	ステップ&サーキット ↓↓↓ エアロ&サーキット	10:45-11:45	佐藤 → 磯辺
	ボディメイキング 45 ↓↓↓ コアトレーニング	12:00-12:45	佐藤 → 磯辺
9月2日(月)	バランスコーディネーション ↓↓↓	10:45-12:00 10:45-11:45	栗原 → 長谷川
	骨盤調整エクササイズ ↓↓↓ ヨガ	19:00-20:00	佐藤 → 中野
	エアロ初級	20:15-21:15	佐藤 → 中野

※通常の内容と異なる場合がございます。ご了承ください。