

レッスン休講・変更のお知らせ

日程	11月 8日(金)	⇒	11月 15日(金)	日程	10月 14日(月)	⇒	12月 5日(木)
時間	10:30 ~ 11:15		11:20 ~ 12:05	時間	10:00 ~ 10:45		14:00 ~ 14:45
内容	ZUMBA		セルコンディショニング	内容	ヨガ		ヨガ
講師	高橋		高橋	講師	大沼		大沼
日程	10月 14日(月)	⇒	11月 16日(土)	日程	10月 16日(水)	⇒	12月 13日(金)
時間	19:50 ~ 20:35		20:15 ~ 21:00	時間	13:00 ~ 13:45		11:20 ~ 12:05
内容	健康体操		健康体操	内容	エアロ・セルコンディショニング		セルコンディショニング
講師	小松		小松	講師	高橋		高橋
日程	11月 16日(土)	⇒	11月 16日(土)	日程	12月 25日(水)	⇒	12月 25日(水)
時間	20:00 ~ 20:20		19:50 ~ 20:10	時間	13:00 ~ 13:45		13:00 ~ 13:45
内容	週替わりレッスン		週替わりレッスン	内容	エアロ・セルコンディショニング		エアロ・セルコンディショニング
講師	山崎		山崎	講師	高橋		村上マキ
				日程	12月 6日(金)	⇒	12月 27日(金)
				時間	10:30 ~ 11:15		11:20 ~ 12:05
				内容	ZUMBA		セルコンディショニング
				講師	高橋		高橋

2019.11.14(木) 現在