

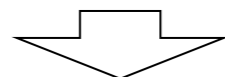


レッスン変更のご案内



12月3日(土)

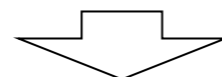
「ピラティス」
13:00~13:45
担当:池津



「ハタヨガ」
13:00~13:45
担当:井上

12月10日(土)

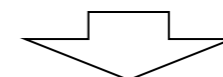
「ピラティス」
13:00~13:45
担当:池津



「ハタヨガ」
13:00~13:45
担当:井上

12月16日(金)

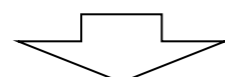
「アクアフィットネス」
14:00~14:30
担当:小林



休講

12月18日(日)

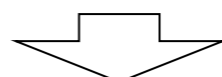
「アクアウォーキング」
10:30~11:00
担当:小林



休講

12月18日(日)

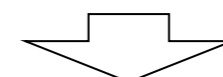
「バランスボール」
15:45~16:15
担当:小林



「ハタヨガ」
15:45~16:15
担当:門谷

12月24日(土)

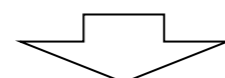
「キックボックス」
14:05~14:50
担当:門谷



「キックボックス」
14:05~14:50
担当:西村

12月24日(土)

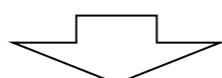
「コアトレーニング」
16:15~17:00
担当:渡邊



「バランスボール」
16:15~17:00
担当:小林

12月25日(日)

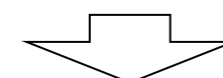
「アクアウォーキング」
10:30~11:00
担当:小林



休講

12月25日(日)

「バランスボール」
15:45~16:15
担当:小林



「ハタヨガ」
15:45~16:15
担当:門谷