

スタジオレッスン代行

	変更前				変更後		
9/8(土)	10:00~10:45	ビギナーエアロ	堤	10:00~10:45	ビギナーエアロ	武田	
9/8(土)	12:00~12:30	はじめてエアロ	堤	12:00~12:30	はじめてエアロ	武田	
9/8(土)	12:45~13:30	フィジカルトレーニング	菅原	12:45~13:30	からだバー※定員15名	今井	
9/11(火)	12:15~13:00	オリジナルエアロ	菅原	12:15~13:00	オリジナルエアロ	ユジナ	
9/12(水)	18:00~18:45	ツイストストレッチ	菅原	18:00~18:45	ツイストストレッチ	ユジナ	
9/13(木)	18:00~18:45	やさしいエアロ	堤	18:00~18:45	膝・腰・肩すっきり	スタッフ	
9/13(木)	19:00~19:45	ウォーキングエクササイズ	菅原	19:00~19:45	ポルド・ブラ	Junko	
9/13(木)	19:55~20:40	ビギナーエアロ	菅原	19:55~20:40	バレトン入門	Junko	
9/15(土)	18:45~19:45	FIGHT DO	関	18:45~19:45	オリジナルエアロ	堤	
9/16(日)	13:45~14:30	やさしいヨガ	水木	13:45~14:30	ツイストストレッチ	菅原	
9/18(火)	12:15~13:00	オリジナルエアロ	菅原	12:15~13:00	オリジナルエアロ	ユジナ	
9/19(水)	13:00~13:45	ZUMBA GOLD	木村	13:00~13:45	ツイストストレッチ	菅原	
9/22(土)	11:00~11:45	ハワイアンフラ(初~中級)	naoko	11:00~11:45	ヨガ	堤	

H30.9.2更新