

※6月プログラム変更のお知らせ

通常

変更後

スタジオ	15日(金)	9:45~10:30	★らくヨガ	MEGUMI	→	休講
	18日(月)	9:45~10:45	メディカルヨーガ	高橋	→	
		11:00~12:15	マタニティヨーガ		→	
		13:00~13:30	ヨガニサイズ	紺野	→	
		14:00~15:00	フラ	Ryoko	→	
		15:15~16:00	バレトン	柴田	→	
		18:00~18:20	ストレッチポール	横田	→	
		19:00~19:45	ピラティス	柴田	→	
	30日(土)	13:30~14:15	★健康体操	柴田	→	
		14:30~15:15	バレトン	柴田	→	
プール	18日(月)	11:00~11:30	アクアズンバ	石亀	→	休講
		14:00~14:45	アクアビクス	青柳	→	
	20日(水)	10:00~11:00	★初めてのスイミング(初級)	高橋	→	
		11:15~12:15	★初めてのスイミング(中級)	高橋	→	