

※2月プログラム休講・変更のお知らせ

通常

変更後

スタジオ	11日(月)祝日	11:00~12:15	マタニティヨガ		→	休講			
		13:00~13:30	コグニサイズ	紺野	→				
		18:00~18:20	ストレッチポール	横田	→	17:30~17:50	ストレッチポール	横田	
		19:00~19:45	ピラティス	柴田	→	18:30~19:15	ピラティス	柴田	
	18日(月)	9:45~10:45	メディカルヨガ	高橋	→	休講			
		11:00~12:15	マタニティヨガ		→				
		13:00~13:30	コグニサイズ	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	→				
	プール	11日(月)祝日	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	→			
18日(月)		11:00~11:30	アクアズンバ	石亀	→				
		14:00~14:45	アクアビクス	青柳	→				