

9月レッスンプログラム変更のお知らせ【テルサ店】

通常

変更後

スタジオ	7日(月)	15:30~16:00	ストレッチ	静香	➡	休講
	14日(月)	テルサ全館休館のためすべてのプログラム休講				
	21日(月)	9:45~10:45	メディカルヨガ	今野	➡➡	休講
		14:00~15:00	フラ	Ryoko	➡➡	
		15:30~16:00	ストレッチ	静香	➡➡	
	22日(火)	9:45~10:30	健康体操	郷保	➡➡	
11:00~12:00		太極拳	遠藤	➡➡		
プール	14日(月)	テルサ全館休館のためすべてのプログラム休講				
	22日(火)	10:45~11:30	アクアビクス	青柳	➡	休講

【9月DNAオンラインプログラム予定】

日程	時間	プログラム名	担当
9/5(土)	17:30~18:00	からだバランス	阿部
9/9(水)	10:00~10:30	格闘技系エクササイズ	渡辺
<p>9/10(木)以降は西口店プログラムを配信していきます。 詳しくはトレーナーにお尋ねください。</p>			