

プログラム代行、変更のお知らせ

3Fスタジオ

プログラム代行のお知らせ

8月17日(土)13:20~14:10

ボディシェイプ50

松本晃



岩下宏之

プログラム代行のお知らせ

8月17日(土)14:30~15:20

ステップ50

松本晃



岩下宏之

プログラム変更のお知らせ

8月17日(土)16:15~17:00

ヨガ45

機能改善ヨガ45

松本晃



西村麻妃

プログラム代行のお知らせ

8月17日(土)17:30~18:30

エアロマニア60

松本晃



岩下宏之

プログラム変更のお知らせ

8月17日(土)19:00~20:00

ステップマニア60

ステップ60

松本晃



高橋伸彰

プログラム代行のお知らせ

8月18日(日)11:10~12:00

エアロHI50

末村佳子



吉田玲子

プログラム代行のお知らせ

8月26日(月)12:30~12:50

体幹20

清水宏信



藤崎翔太

2Fスタジオ

プログラム代行のお知らせ

8月26日(月)10:30~11:00

Bike30

清水宏信



深田光一郎

プログラム代行のお知らせ

8月30日(金)21:15~21:35

おなかシェイプ20

藪内沙希



藤澤玲佐

プログラム代行のお知らせ

8月30日(金)21:45~22:15

バランスボール30

藪内沙希



藤澤玲佐

8/17(土)

ステップ60について
通常通りレッスン開始
2時間前のメール受付
となります。

プール

プログラム代行のお知らせ

8月19日(月)20:30~21:00

クロール30

藪内沙希



坂本貴莉子

プログラム代行のお知らせ

8月19日(月)21:00~21:30

背泳ぎ30

藪内沙希



坂本貴莉子

プログラム代行のお知らせ

8月26日(月)20:30~21:00

クロール30

藪内沙希



坂本貴莉子

プログラム代行のお知らせ

8月26日(月)21:00~21:30

背泳ぎ30

藪内沙希



坂本貴莉子