

5月のレッスン変更のお知らせ

20日(土)

- ◆9:30～TAIKAN【ささき】⇒TAIKAN【せきした】
- ◆10:00～バランス【ささき】⇒バランス【せきした】
- ◆11:35～メディシンボール【ささき】⇒メディシンボール【せきした】

25日(木)

- ◆9:30～やさしいストレッチ【かばら】⇒やさしいストレッチ【たなぶ】
- ◆10:00～ボディバランス45【かばら】⇒スリムビューティーヨガ【たなぶ】
- ◆12:30～ボディコンバット30【かばら】⇒ファイドウ30【まつおか】
- ◆14:05～ボディジャム30【かばら】⇒GIRLS★HIPHOP【しのへ】
- ◆15:45～TAIKAN【ささき】⇒TAIKAN【まつおか】
- ◆17:25～アースヨガ30【せきした】⇒やさしいストレッチ【くじ】
- ◆21:00～キーマックス45【せきした】⇒キーマックス45【まつおか】

26日(金)

- ◆14:30～アースヨガ45【せきした】⇒アースヨガ45【かばら】
- ◆15:30～キーマックス30【せきした】⇒キーマックス30【まつおか】

27日(土)

- ◆9:30～TAIKAN【ささき】⇒TAIKAN【たなぶ】
- ◆10:00～バランス【ささき】⇒バランス【たなぶ】
- ◆11:35～メディシンボール【ささき】⇒メディシンボール【かばら】
- ◆16:40～ポイントシェイプ【せきした】⇒ポイントシェイプ【くじ】
- ◆17:10～マーズヨガ45【せきした】⇒アースヨガ45【すぎさわ】