

1月のレッスン変更のお知らせ

21日(日)

- ◆9:30～親子トランポリン教室【かばら】⇒親子トランポリン教室【すぎさわ】
- ◆14:15～チャレンジホット【かばら】⇒チャレンジホット【ぬかり】
- ◆14:45～やさしいストレッチ【かばら】⇒やさしいストレッチ【ぬかり】
- ◆15:15～ボディバランス60【かばら】⇒マーズヨガ60【すぎさわ】

22日(月)

- ◆20:05～ズンバ【kazu】⇒やさしいヨガ【tomo】
- ◆21:00～ダンスエアロ【kazu】⇒ズンバ【CHIE】

28日(日)

- ◆10:25～ボディパンプ30【ぬかり】⇒ボディアタック30【すぎさわ】
- ◆11:10～ボディコンバット45【ぬかり】⇒ボディコンバット45【かばら】