

# レッスン変更のお知らせ

11月16日(金)	11:00~11:45 ロコモ運動 スタジオB	→	CLOSE ゆる体操イベントの為
11月21日(水)	14:45~15:15 Ai chi 野小 プール	→	14:45~15:15 姿勢のびのびウォーク プール
11月21日(水)	19:00~19:30 岩盤ヨガ 松永(一) ホット(岩盤)	→	19:00~19:30 岩盤ヨガ 高見 ホット(岩盤)
11月21日(水)	19:45~20:30 パワフルアクア 松永(一) プール	→	19:45~20:15 アクアクリニック体操 プール
11月22日(木)	12:00~12:30 岩盤ヨガ 池上 ホット(岩盤)	→	12:00~12:30 岩盤ヨガ 高見 ホット(岩盤)
11月24日(土)	11:45~12:15 岩盤ヨガ 松永(一) ホット(岩盤)	→	11:45~12:15 岩盤ヨガ 山本 ホット(岩盤)
11月24日(土)	12:30~13:15 パワフルアクア 松永(一) プール	→	12:30~13:00 姿勢のびのびウォーク プール
11月24日(土)	12:00~12:45 ボディコンバット 谷本 スタジオA	→	12:00~12:45 ボディコンバット 新保 スタジオA

11月24日(土)	13:45~14:15 RPM 谷本 スタジオEX	→	13:45~14:15 RPM 新庄 スタジオEX
11月24日(土)	14:45~15:15 岩盤ヨガ 谷本 ホット(岩盤)	→	14:45~15:15 岩盤ヨガ 高見 ホット(岩盤)
11月30日(金)	14:00~14:45 岩盤ヨガ 齊藤 ホット(岩盤)	→	14:00~14:45 岩盤ヨガ 松永(直) ホット(岩盤)

平成30年11月8日 現在