

●レッスン代行・変更のご案内●

●レッスン代行・変更のご案内●

2026/8/25更新

8月26日(水) 11：25～11：55 シェイプパンプPOWER 担当：大矢	→	8月26日(水) 11：25～11：55 X-CORE TRAINING CSLIVE	9月22日(火祝) 11：30～12：10 ヨガ 担当：菅	→	11：30～12：10 ヨガ 担当：CSLIVE
9月2日(水) 12：20～12：50 初級背泳ぎ 担当：加藤	→	12：20～12：50 初級背泳ぎ 担当：安孫子	9月23日(水) 10：30～11：10 ピラティス 担当：吉野	→	10：30～11：10 ピラティス CSLIVE
9月10日(木) 12：20～13：00 中級水泳 担当：松島	→	12：20～13：00 中級水泳 担当：安孫子	9月2.9.16.23.30日(水)		
9月22日(火祝) 10：10～10：40 ファンクショナルコンディショニング 担当：笠原	→	お休み	11：25～11：55 シェイプパンプPOWER 担当：大矢	→	11：25～11：55 X-CORE TRAINING CSLIVE
9月22日(火祝) 10：50～11：20 ファンクショナルトレーニング 担当：笠原	→	お休み		→	