●レッスン代行・変更のご案内●

2026/11/17更新

11月19日(木) 11：30～12：10 健康体操 担当：鈴木	11月19日(木) お休み
11月24日(火) 10：10～10：55 アクアビクス 担当：長尾	11月24日(火) お休み
11月25日(水) 10：10～10：50 ヨガ 担当：CSLIVE	11月25日(水) お休み
11月25日(水) 11：10～11：40 ボディメイクトレーニング 担当：CSLIVE	11月25日(水) お休み
11月25日(水) 18：30～19：10 ファイトアタックBEAT 担当：CSLIVE	11月25日(水) お休み
11月25日(水) 19：30～20：10 フィールピラティス 担当：CSLIVE	11月25日(水) お休み
11月26日(木) 11：30～12：10 健康体操 担当：鈴木	11月26日(木) お休み
12月29日(火) 11：30～12：10 ヨガ 担当：菅	お休み

◆レッスンプログラム休講のご案内◆

2026/11/17更新

11月25日(水)

13：30～13：50　お腹引き締め

14：00～14：20　かんたんストレッチ