

9月のご案内

●スタジオプログラム変更・代行●

日程	時間	プログラム名	担当	代行担当
3日(日)	14:00~15:00	ZUMBA	佐々木	八巻
8日(金)	19:00~20:00	ヨガ	小松	※
8日(金)	20:15~21:05	エアロFun	小松	※
15日(金)	19:00~20:00	ヨガ	小松	※
15日(金)	20:15~21:05	エアロFun	小松	※
22日(金)	10:15~10:45	アロマでうっとりストレッチ	紀野國	伊藤
22日(金)	11:00~11:45	美トレ☆マジック⇒ヨガ	紀野國	伊藤
23日(土)	10:40~11:25	はじめてエアロ⇒ZUMBA	大戸	MIKI
23日(土)	11:35~12:20	バレトン	大戸	MIKI

※につきましては、後日別紙にてご案内させていただきます。

●スタジオプログラム休講●

日 程	時 間	プログラム名	担 当
26日(火)	13:45~15:00	フラダンス教室	古市

●プールプログラム●

●月曜日・木曜日プログラム内容●

プログラム名	レッスン内容	担 当
月:クロール&背泳ぎ	9月⇒背泳ぎを行います。	長谷部
土:平泳ぎ&バタフライ	9月⇒バタフライを行います。	渡部