

11月のご案内

●スタジオプログラム休講●

日程	時間	プログラム名	担当
5日(日)	13:00~13:50	かんたんHIP HOP	玉手

●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
11日(土)	19:00~20:10	エアロFun&リコンディショニング	北井	NOBU 高橋
25日(土)	19:00~20:10	エアロFun&リコンディショニング ⇒フリースタイルDANCE	北井	石井
26日(日)	13:00~13:50	かんたんHIP HOP⇒Let's DANCE	玉手	高橋
26日(日)	14:00~15:00	ZUMBA	佐々木	高橋

●月曜日・土曜日プールプログラム内容●

プログラム名	レッスン内容	担当
月:クロール&背泳ぎ	11月⇒背泳ぎを行います。	長谷部
土:平泳ぎ&バタフライ	11月⇒バタフライを行います。	渡部