

## ■スタジオプログラム休講のご案内

日程	時間	プログラム名	担当
30日(火)	13:45~15:00	フラダンス教室	古市

## ■スタジオプログラム変更&代行のご案内

日程	時間	プログラム名	担当	代行担当
4日(木)	19:10~19:55	FATBURN EXTREME⇒ファイティング運動	石井	NOBU高橋
4日(木)	20:15~21:00	ZUMBA⇒脂肪燃焼メラメラDANCE	石井	NOBU高橋
13日(土)	10:40~11:25	はじめてエアロ	大戸	別紙にて ご案内致します
13日(土)	11:35~12:20	バレトン	大戸	

## ■日曜日隔週スタジオプログラムのご案内

日程	時間	プログラム名	担当
7日、21日(日)	11:00~11:30	イージーライン	STAFF
14日、28日(日)	11:00~11:30	Let's African Party	村上
7日(日)	15:20~16:00	Pump Up!! ※21日(日)は休講となります	STAFF
14日、28日(日)	15:20~16:00	初級エアロビクス	野間
	16:10~17:10	エアロFun	

**※10月1日(月)は魚原IR.による特別プログラムのため、一部通常プログラムが変更になります。館内掲示にてご確認ください。**

## ■プールプログラムのご案内(月曜日、木曜日)

プログラム名	レッスン内容	担当
月:クロール&背泳ぎ	10月⇒クロールを行います。	STAFF
木:平泳ぎ&バタフライ	10月⇒平泳ぎを行います。	長谷部

## ■プールプログラム休講のご案内

日程	プログラム名	変更内容	担当
14日(日) 11:50~12:30	アクアダンス	水泳記録会開催のため休講となります	村上
14日(日) 13:45~14:15	はじめての平泳ぎ	水泳記録会開催のため休講となります	長谷部/奥山
14日(日) 14:20~14:50	今日からプールデビュー	水泳記録会開催のため休講となります	長谷部/奥山

**※10月14日(日)は水泳記録会開催のため、ご参加の方以外はプールのご利用が出来ませんので何卒ご了承ください。**