

■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
21日(木)	15:20~15:50	ストレッチ&エクササイズ	長谷部
26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
8日(金)	19:00~20:00	ヨガ⇒変更)コア・コンディショニング	小松	八巻
8日(金)	20:15~21:05	エアロFun⇒変更)エンジョイエアロ(初・中級)	小松	八巻
21日(木)	11:00~12:00	ピラティス⇒変更)初級エアロ	佐藤	八巻
21日(木)	14:00~15:00	ボディシェイプエアロ⇒変更)ZUMBA(11757)	八巻	

■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
3日、24日(日)	11:00~11:30	イージーライン	STAFF
10日、17日(日)	11:00~11:30	Let's アフリカンダンス	村上
10日(日)	15:20~16:00	初級エアロビクス	野間
24日(日)	16:15~17:15	エアロFun	
3日、17日(日)	15:20~16:00	Pump Up!!	STAFF

■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	3月⇒背泳ぎを行います。	STAFF
木:平泳ぎ&バタフライ	3月⇒バタフライを行います。	STAFF