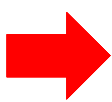

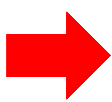


# 1月スタジオ・プール代行のご案内

2026年1月14日(水)

スタジオ		担当者変更
ボディコンバット45 やまもと 12:15-13:00		ボディコンバット45 いしざき 12:15-13:00

2026年1月15日(木)

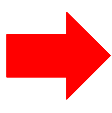
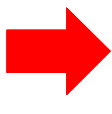
スタジオ		プログラム・担当者変更
ZUMBA GOLD たけうち 10:30-11:15		ZUMBA45 たにもと 10:30-11:15
サブアリーナ		プログラム・担当者変更
ルーシーダットン たけうち 11:30-12:15		Sintex たにもと 11:30-12:15

2026年1月21日(水)

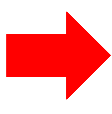
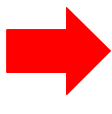
スタジオ		休講
シェイプエアロ はまざき 13:15-14:00		
サブアリーナ		スタジオに変更
ボディバランス45※ST いしかわ 13:15-14:00		
スタジオ		休講
やさしいカイロプラクティックヨガ はまざき 14:20-15:20		

# 1月スタジオ・プール代行のご案内

2026年1月23日(金)

サブアリーナ		休講
美毬®コンディショニング いしかわ 12:40-13:10		
スタジオ		休講
ボディジャム45 いしかわ 13:30-14:15		

2026年1月29日(木)

プール		担当者変更
サーキットEx1 みやけ 10:30-11:00		サーキットEx1 やまぐち 10:30-11:00
プール		担当者変更
平泳ぎ初級 みやけ 11:10-11:40		平泳ぎ初級 やまぐち 11:10-11:40