

11月スタジオ・プール代行・休講のご案内

11月25日(金)

スタジオ

20:50-21:35

ボディパンプ45

担当 | やました→いしざき

11月26日(土)

スタジオ

17:15-18:00

シェイプエアロ

担当 | 休講

12月スタジオ・プール代行・休講のご案内

12月3日(土)

スタジオ

13:00-13:30

シンプルエアロ→ボディコンバット30

担当 | いしかわ→いしざき

12月3日(土)

スタジオ

17:15-18:00

シェイプエアロ

担当 | たけうち→たにもと

12月8日(木)

スタジオ

10:30-11:15

ZUMBA GOLD→ボディジャム45

担当 | たけうち→おおた

12月8日(木)

サブアリーナ

11:30-12:15

ルーシーダットン

担当 | 休講

12月10日(土)

スタジオ

11:40-12:20

ボディジャム→シンプルエアロ

担当 | いしざき→いしかわ

12月10日(土)

スタジオ

12:40-13:40

シンプルエアロ→ボディジャム

担当 | いしかわ→いしざき