

11月レッスン代行・変更のお知らせ

日付	変更前		変更後			
	レッスン名	担当	レッスン名	担当	所要時間	時間
4日(月)祝	膝痛改善教室			中川	40分	10:30~11:10
	美尻メイク			片山	40分	11:20~12:00
14日(木)	座ってピラティス	福島	元気はつらつ体操	芦谷	40分	13:30~14:10
16日(土)	ピラティス	中川	はじめてのウエイトトレーニング	長尾	40分	13:30~14:10
19日(火)	オリジナルエアロ	宇野	バレトン	福島	40分	10:30~11:10
	座ってエアロ	宇野	美尻メイク	片山	40分	13:30~14:10
22日(金)	リフレッシュヨガ	福島	リフレッシュヨガ	宇野	40分	13:30~14:10
23日(土)祝	バレトン			福島	40分	10:30~11:10
	ヒーリングヨガ			福島	40分	11:20~12:00

ご確認の上お間違いの無いようご注意ください。
ご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願い致します。