

代行案内

日付	曜日	レッスン名	時間	担当		レッスン名	担当	備考
11/21	金	ストレングス ワークアウト	13:30~14:15	黒岩 美由紀	➡	バーベルトレーニング	中谷 優太	
11/22	土	Group Fight45	11:15~12:00	松本 典昭	➡	【イベント】 アウトドア・フィットネス ●第1部 Group Fight (担当:NORI) ●第2部 ZUMBA (担当:NORI) ●第3部 ヨガ (担当:太田 亜矢) ※別紙参照※ 参加には予約申し込みが必要です。(先着順) 雨天時はスタジオ1で開催。室内シューズ必須。		
11/22	土	ZUMBA	12:15~13:00	松本 典昭	➡			
11/22	土	腰痛予防ストレッチ	13:15~14:00	スタッフ	➡			