



スタジオ会員の皆様へ

～代行レッスンのご案内～



いつもスタジオレッスンにご参加頂きありがとうございます。寺村インストラクターが怪我のため、レッスン内容変更及び、担当インストラクターの変更をさせていただきます。尚、怪我の状況により、多少スケジュールを変更させて頂く場合がございます。会員の皆様には、大変ご迷惑をおかけしますが、宜しくお願い致します。

10/25(木)	
21:00~21:45	ZUMBA(寺村)→かんたんエアロ(西村)
10/26(金)	
10:00~10:45	気功体操(寺村)→コアトレ&ストレッチ(川上)
11:00~11:45	ZUMBAgold(寺村)→かんたんエアロ(川上)
10/27(土)	
10:00~10:45	マットサイエンス(寺村)→ヨガ(西村)
11:00~11:45	かんたんエアロ(寺村)→かんたんエアロ(西村)
20:00~20:50	オリジナルエアロ(寺村)→かんたんエアロ(幸野)

11/1・8(木)	
21:00~21:45	ZUMBA(寺村)→かんたんエアロ(西村)
11/2・9(金)	
10:00~10:45	気功体操(寺村)→コアトレ&ストレッチ(川上)
11:00~11:45	ZUMBAgold(寺村)→かんたんエアロ(川上)
11/3・10(土)	
10:00~10:45	マットサイエンス(寺村)→ヨガ(西村)
11:00~11:45	かんたんエアロ(寺村)→かんたんエアロ(西村)
20:00~20:50	オリジナルエアロ(寺村)→チャレンジエアロ(川上)