

5月 代行のお知らせ

5/2 (木)

PM② 15:15~16:15

【ストレッチヨガ】 さやか ⇒ 下川原

5/6 (月)

PM② 15:15~16:00

【中級エアロ】 中橋 ⇒ 高橋(磨)

5/3 (祝金)

PM① 14:00~15:00

【セルフケアストレッチ】 さやか ⇒ 高橋

5/29 (水)

AM① 10:00~11:00

【足腰元気体操】 加藤 ⇒ 毛塚

5/5 (日)

AM① 9:45~10:45

【ピラティス】 葉養 ⇒ 芳賀