



代行・休講情報（10月）

更新日： 2026/10/10

月/日	曜日	時間	レッスン名	担当者
10/15	木	14:30 ~ 15:15	ストレッチ&自重筋力UP ➡ 休講	内埜IR
10/17	土	13:30 ~ 14:15	はじめてエアロ ➡ 休講	黒羽IR

※急な代行情報及び休講は館内掲示のみとなる場合がございます。予めご了承ください。