



代行・休講情報（7月）

更新日： 2025/6/27

月/日	曜日	時間	レッスン名	担当者
7/4	金	18:45 ~ 19:30	初級・泳法 → 休講	今野IR
		19:45 ~ 21:00	マスタース → 休講	今野IR
7/11	金	13:30 ~ 14:15	かんたん自重& ツールトレーニング → 休講	山口IR
		14:30 ~ 15:15	プラナヨガ → 休講	山口IR
7/18	金	13:30 ~ 14:15	かんたん自重& ツールトレーニング → ストレッチ&自重 筋力UP	山口IR → 内埜IR
		14:30 ~ 15:15	プラナヨガ → バランス コーディネーショ	山口IR → 関IR
7/19	土	14:30 ~ 15:15	AQUA ZUMBA	井上IR → 海老根IR

※急な代行・休講情報は館内掲示のみとなることがございます。予めご了承ください。



代行・休講情報（7月）

更新日： 2025/6/27

月/日	曜日	時間	レッスン名	担当者
7/25	金	13:30 ~ 14:15	かんたん自重& ツールトレーニング → ストレッチ&自重 筋力UP	山口IR → 内埜IR
		14:30 ~ 15:15	プラナヨガ → からだメンテナンス	山口IR → 内埜IR

※急な代行・休講情報は館内掲示のみとなることがございます。予めご了承ください。