

12月レッスン休講・代行のお知らせ

更新日 11/20

下記のレッスンが代行となります。
参加予定の皆さまにはご迷惑をお掛け致しますが
何卒ご理解賜りますようお願いいたします。

※色がついた部分が変更となります。

| 代行日 | | 開始時間 | スタジオ名 | レッスン名 | 担当IR | 代行IR |
|---|---|-------|--------|-----------------|---------|------|
| 12/10 | 火 | 12:10 | ヨガスタジオ | テニスボールでスッキリほぐし | 奈良 | 休講 |
| 12/10 | 火 | 13:00 | スタジオ2 | トレーニング&リカバリーポール | 奈良 | Sato |
| 12/14 | 土 | 11:40 | リノエリア | ハンモックエクササイズ | koto | 休講 |
| 12/14 | 土 | 16:25 | スタジオ1 | BODY COMBA | TSUKASA | 休講 |
| 12/20 | 金 | 10:00 | 別館プール | ワンポイントレクチャー | 今井 | 休講 |
| 12/20 | 金 | 10:40 | 別館プール | ワンポイントレクチャー | 今井 | 休講 |
| 12/20 | 金 | 11:20 | 別館プール | クロール (スキルアップ) | 今井 | 休講 |
| 12/21 | 土 | 13:25 | スタジオ1 | ボクシングエクササイズ | 西脇 | 休講 |
| 12/21 | 土 | 14:30 | リノエリア | 格闘技エクササイズ | 西脇 | 休講 |
| 12/24 | 火 | 11:10 | スタジオ1 | ボクシングエクササイズ | 西脇 | 休講 |
| 12/29(日)~12/31(火)は年末年始による休館日の為 全レッスン休講 | | | | | | |