

スポーツリラックス スタジオプログラム代行情報



変更前

	日付	曜日	時間	レッスン名	担当
1	9月3日	水	15:30~16:20	エンジョイステップ	石垣
2	9月11日	木	13:15~14:05	アロハ・フラ	山口
3	9月11日	木	14:20~15:10	全身調整	山口
4	9月13日	土	15:10~16:00	エアロ&マット	飯島
5	9月20日	土	15:10~16:00	エアロ&マット	石塚

変更後

日付	曜日	時間	レッスン名	担当
9月3日	水	15:30~16:20	休講	
9月11日	木	13:15~14:05	リラックスヨガ	荒井
9月11日	木	14:20~15:10	ボディメイク	荒井
9月13日	土	15:10~16:00	エアロ&マット	石塚
9月20日	土	15:10~16:00	エアロ&マット	飯島

更新日: 2025/9/2