

# 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						変更後					
	日付	曜日	時間	レッスン名	担当		日付	曜日	時間	レッスン名	担当
1	1月10日	土	15:10~16:00	エアロ&マット	飯島	→	1月10日	土	15:10~16:00	エアロ&マット	石塚
2	1月10日	土	11:30~13:00	初級・中級太極拳 A・B	神原	→	1月10日	土	11:30~13:00	初級・中級太極拳 A・B	原田
3	1月10日	土	13:10~13:45	24式総合太極拳 B	神原	→	1月10日	土	13:10~13:45	24式総合太極拳 B	原田
4	1月31日	土	11:30~13:00	初級・中級太極拳 A・B	神原	→	1月10日	土	11:30~13:00	初級・中級太極拳 A・B	原田
5	1月31日	土	13:10~13:45	24式総合太極拳 B	神原	→	1月10日	土	13:10~13:45	24式総合太極拳 B	原田
6	1月31日	土	15:10~16:00	エアロ&マット	石塚	→	1月31日	土	15:10~16:00	エアロ&マット	飯島
7	2026年 1月～3月 (チャック氏 来館日)	水	10:45~11:15	チャック体操	チャック氏	→	2026年 1月～3月 (チャック氏 来館日)	水	10:45~11:15	腰痛体操	チャック氏

更新日: 2025/12/27