

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	3月10日	火	18:10~19:00	夜のヨガ	山口
2	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

変更後

	日付	曜日	時間	レッスン名	担当
	3月10日	火	18:10~19:00	リラックス ヨガ	荒井
	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: 2026/3/10