

10月度 レッスンの変更



レッスン 閉講

月曜日	13:30～14:00(30)	脱・ぽっこりお腹	酒巻IR
月曜日	19:15～20:00(45)	水中ウォーキング	酒巻IR
金曜日	19:30～20:30(60)	ボディメイク	東IR
日曜日	11:00～11:45(45)	脱・ぽっこりお腹DX	酒巻IR

レッスン 開講

日曜日	11:15～12:00(45)	からだほぐし	東IR
金曜日	19:30～20:30(60)	アクティブフローヨガ	吉野IR

レッスン 担当IR変更

土曜日	12:00～12:45(45)	弱点克服4泳法	岸本IR
土曜日	12:50～13:35(45)	水中ウォーキング	久保マIR

29日(火)は5週目のため
泳法・水中ウォーキングのレッスンはありません。

10月30日(水)31日(木)は休館日です。
よろしくお願ひいたします。

詳しくはスタッフへ
お問い合わせください。
皆様のご来館をお待ちしております。

