

10月 プログラム代行表

2026.9.24 更新

日付	曜日	時間	プログラム名	代行者
1	木	10:00	ピラティス	秋葉
		14:25	FIGHT DO	Motoshi
2	金			
3	土			
4	日			
5	月			
6	火			
7	水			
8	木	14:25	FIGHT DO	Motoshi
9	金			
10	土	休 館 日		
11	日	12:00	ピラティス ➡ ヨガ	瀧
		13:05	ファンムーブ	瀧
		14:00	コアコンディショニング	瀧
12	月			
13	火			
14	水			
15	木	12:00	アクアエアロ	休講
		13:20	バランスコーディネーション➡ピラティス	森田

10月 プログラム代行表

2026.9.24 更新

16	金	14:30	骨盤inner ➡ バレトン	Hitomi
17	土			
18	日			
19	月			
20	火	休 館 日		
21	水	12:00	水中ヘルスケア➡アクアエアロ	余語
		12:40	アクアエアロ	休講
22	木			
23	金			
24	土			
25	日			
26	月			
27	火			
28	水			
29	木			
30	金			
31	土	休 館 日		