

1 月		変更内容	
日	曜日	変更前	変更後
23	金	10:30～ VR MEGADANZ (健都) 休講	
24	土	16:00～ VR FIGHTDO (健都) 休講	
		16:30 ～ 17:15 ワークアウト X55 川添	16:30 ～ 17:15 ワークアウト UBOUNDO 田中
25	日	14:30～ VR MEGADANZ (健都) 休講	
26	月	10:15～ VR STRETCHING (健都) 休講	
		11:00～ VR YOGA (健都) 休講	
		12:20～ VR ELEVEN (健都) 休講	
27	火	休館日	
28	水		
29	木	10:10～ VR STRETCHING (健都) 休講	
30	金	10:30～ VR MEGADANZ (健都) 休講	
31	土	12:25 ～ 13:10 ワークアウト UBOUND (週替り) 山口	12:25 ～ 13:10 ワークアウト UBOUND (週替り) 田中
		14:30～ VR ELEVEN (健都) 休講	
		15:30～ VR FIGHTDO (健都) 休講	

2 月		変更内容	
日	曜日	変更前	変更後
1	日	12:25 ～ 13:05 ワークアウト シンプルステップ 鍛冶	12:25 ～ 13:05 ワークアウト シンプルステップ 吉原
		14:35 ～ 15:15 ワークアウト かんたんエアロ 鍛冶	12:25 ～ 13:10 ワークアウト かんたんエアロ 吉原
2	月		
3	火		
4	水		
5	木		
6	金		
7	土		
8	日		