

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			