

7月 プログラム代行・変更案内

6月23日 更新

7月		変更内容						
日	曜日	変更前			変更後			
4	土							
5	日							
6	月	20:00	～	20:40	⇒	調整中		
		バレエエクササイズ ワークアウト 野村						
7	火							
8	水							
9	木	14:30	～	15:15	⇒	調整中		
		MEGADNZ ワークアウト 下山						
10	金							
11	土	16:30	～	17:15	⇒	16:30	～	17:15
		F I G H T D O ワークアウト 川添				F I G H T D O ワークアウト 山口		
12	日	12:25	～	13:05	⇒	12:25	～	13:05
		シンプルステップ ワークアウト 鍛冶				シンプルステップ ワークアウト 杉本		
		14:35	～	15:15	⇒	14:35	～	15:15
		かんたんエアロ ワークアウト 鍛冶				かんたんエアロ ワークアウト 杉本		
13	月	20:00	～	20:40	⇒	調整中		
		バレエエクササイズ ワークアウト 野村						
14	火							
15	水							
16	木							
17	金	12:30	～	13:10	⇒	調整中		
		ボディメンテセラピー ワークアウト 松崎						
31	金							