

6月度

プログラム変更のお知らせ

変更前

2日 (土)	9:15 ~ 10:00	コアトレーニング 中村 智栄子
	10:15 ~ 11:00	かんたんステップ 中村 智栄子
	11:15 ~ 12:00	ラテンエアロ 中村 智栄子

8日 (金)	13:00 ~ 13:45	スリムキックボクシング 掛川 万紀子
	14:00 ~ 14:45	中級エアロ 掛川 万紀子
	15:00 ~ 15:45	スリムシェイプ 掛川 万紀子

5/30更新

3日 (日)	17:00 ~ 18:00	DDDハウスワークアウト 熊谷 知子
--------	---------------------	-----------------------

変更後



13:00 ~ 13:45	がんばるステップ 中村 智栄子
14:00 ~ 14:45	コアトレーニング 中村 智栄子
15:00 ~ 15:45	中級エアロ 中村 智栄子

