

スタジオプログラム代行のお知らせ

日付	担当	カテゴリー	時間	スタジオ/プール
9月20日（土）	福田	姿勢改善コアトレーニング	10：30～11：30	スタジオ
		ベーシックエアロ	11：40～12：25	スタジオ
9月23日（火）	AKI	コンディショニングエクササイズ	10：20～10：50	スタジオ
		YOGA	11：00～12：00	スタジオ
9月26日（金）	寺戸	背骨コンディショニング	14：45～15：40	スタジオ
10月24日（金）		背骨コンディショニング	14：45～15：40	スタジオ