

12月 プールプログラム 代行案内

日付	時間	レッスン名	インストラクター	代行インストラクター
12月5日(金)	13:00~13:40	アクアダンス	中町 純子	渡邊 綾

12月 スタジオプログラム 代行案内

日付	時間	レッスン名	インストラクター	代行インストラクター
12月7日(日)	10:30~11:30	ゆったり姿勢調整ヨガ →やさしいヨガ	藤野 麻美	遠藤 則子
	11:45~12:45	呼吸で元気ヨガ →ボディメイキングヨガ		