

スタジオプログラム

レッスン代行のご案内

2026年3月12日(木)

10:30～11:20 エアロ&コンディショニング

11:35～12:15 ポールストレッチ

沼尻 祐子 → 所 あけみ

都合によりレッスン代行となります

ご理解・ご了承のほどよろしくお願い申し上げます