



# 代行・休講情報（7月）

更新日： 2025/6/27

月/日	曜日	時間	レッスン名	担当者
7/18	金	13:30 ~ 14:15	かんたん自重& ツールトレーニング → ストレッチ&自重 筋力UP	山口IR → 内埜IR
		14:30 ~ 15:15	プラナヨガ → バランス コーディネーショ	山口IR → 関IR
7/19	土	14:30 ~ 15:15	AQUA ZUMBA	井上IR → 海老根IR
7/25	金	13:30 ~ 14:15	かんたん自重& ツールトレーニング → ストレッチ&自重 筋力UP	山口IR → 内埜IR
		14:30 ~ 15:15	プラナヨガ → からだメンテナンス	山口IR → 内埜IR

※急な代行・休講情報は館内掲示のみとなる場合がございます。予めご了承ください。