



レッスン変更のお知らせ

5/16~5/30

火曜日

からだきれい塾

20:00 ~ 20:45

黒田 遥子 → 柴田 景子

火曜日

YOGA MOVE → 姿勢美人ヨガ

第3・5週

21:00 ~ 22:00

黒田 遥子 → 酒井 洋子

木曜日

バリエーストレッチ → ストレッチ

14:30 ~ 15:15

→14:45 ~ 15:15

黒田 遥子 → 井上 澄

木曜日

YOGA MOVE → ヨガ

15:30 ~ 16:15

黒田 遥子 → 井上 澄

金曜日

YOGA MOVE → しなやかになるストレッチ

10:00 ~ 10:45

黒田 遥子 → 三室 寿樹

金曜日

からだきれい塾 → ジャズダンス

11:00 ~ 11:45

黒田 遥子 → 三室 寿樹