

3月プログラム変更のご連絡

日付	時間	担当	プログラム名
3/1 (月)	19:10 ~20:00	八巻	コアトレ
3/5 (金)	20:10 ~21:10	マユ	Hip Hop
3/7 (日)	15:10 ~15:50	佐藤(貴)	Pump Up!
3/13(土)	15:00 ~16:30	フローレンス	ジャズダンス
3/14(日)	15:10 ~15:50	佐藤(貴)	Pump Up!
3/20(土)	19:00 ~19:50	八巻	中級エアロ
3/21(日)	14:00 ~15:00	八巻	初級エアロ
	15:10 ~15:50	佐藤(貴)	Pump Up!
3/22(月)	11:00 ~12:00	佐藤(順)	ピラティス
	14:00 ~15:00	小関	歩く脂肪燃焼
3/25(木)	14:00 ~15:00	佐藤(順)	ピラティス
	11:00 ~12:00	佐藤(順)	ピラティス
3/29(月)	14:00 ~15:00	小関	歩く脂肪燃焼
	20:10 ~21:10	小関	走る脂肪燃焼
3/30(火)	13:45 ~15:00	古市	フラダンス教室



担当	プログラム名
小関	アロマストレッチ
八巻	初級エアロ
佐藤(順)	ピラメトリクス
古市	フラダンス教室(75分)
佐藤(順)	ピラメトリクス
	休講
及川	初級エアロ
佐藤(順)	ピラメトリクス
佐藤(貴)	みんなで腹筋!
マキ	歩く脂肪燃焼
佐藤(貴)	みんなで腹筋!
佐藤(貴)	みんなで腹筋!
八巻	歩く脂肪燃焼
マユ	HIP HOP
	休講