

インストラクター・プログラム変更のお知らせ

更新日 2025/7/4

ACTIVE STUDIO

日付		時間			通常レッスン	→	変更レッスン	担当インストラクター	
7/7	月	12:20	-	13:05	エアロ初級	→	MEGADANZ	宮澤真由美	→ 野々田好
7/16	水	12:20	-	13:20	SALSATION			Ryon	→ Ayaka

STUDIO HERBS

日付		時間			通常レッスン	→	変更レッスン	担当インストラクター	
----	--	----	--	--	--------	---	--------	------------	--

IN THE DRAK

日付		時間			通常レッスン	→	変更レッスン	担当インストラクター	
7/7	月	10:30	-	11:00	ゆったりストレッチ			宮澤真由美	→ 野々田好
7/7	月	11:15	-	12:00	からだコンディショニング	→	ベーシックヨガ	宮澤真由美	→ 野々田好
7/17	木	12:20	-	13:20	LesmillsCORE	→	【有料】ヒザ・足の整え体操	VR	→ 藤井喜久子
7/24	木	12:20	-	13:20	LesmillsCORE	→	【有料】ヒザ・足の整え体操	VR	→ 藤井喜久子