

3月7日(金) 一部プログラム変更のお知らせ

※プログラム変更はスタジオのみです。

スタジオ		
	A	B
9:00		
10:00	メノポーズケア 担当: Akemi 9:45~10:45	ボディコントロールピラティス 担当: 葉養 9:45~10:45
11:00		
12:00	ベビーと一緒に♪ママヨガ ~無料体験教室~ 担当: Akemi 11:15~12:15	はじめてピラティス 担当: 葉養 11:00~12:00 12:20~12:35 ストレッチ
13:00	ポールストレッチ 12:50~13:10	

「ベビーと一緒に♪ママヨガ」無料体験教室開催のため、
9:00~14:00の時間帯の教室が一部変更となります。
14:00以降の教室は通常通りの開催となります。
お間違いのないようお気を付けください。

※変更内容

- ・ポールストレッチ 11:20~11:40 ⇒ **中止**
- ・ストレッチ 12:00~12:15 ⇒ **12:20~12:35**
- ・ポールストレッチ 12:40~13:00 ⇒ **12:50~13:10**

- ※ 1回型有料教室
- ※ 「ベビーと一緒に♪ママヨガ」無料体験教室
- ※ コース型有料教室
- ※ プール券でも参加可能無料教室