

# プログラム代行のお知らせ

| 日付     | 曜日 | クラス名         | 時間     | 担当 |   |      |
|--------|----|--------------|--------|----|---|------|
| 10月20日 | 日  | ボディコンバット60   | 15:00~ | 川合 | → | 高瀬   |
| 10月24日 | 木  | ベーシックエアロ     | 10:00~ | 松永 | → | 魁本   |
| 10月29日 | 火  | 腰痛膝痛予防ウォーキング | 13:50~ | 野小 | → | スタッフ |

|        |   |                    |        |       |   |      |
|--------|---|--------------------|--------|-------|---|------|
| 11月1日  | 金 | アクア45→シェイプウォーキング30 | 10:00~ | 中野(史) | → | スタッフ |
| 11月9日  | 土 | アクア30              | 16:35~ | 竹内    | → | 綿谷   |
| 11月16日 | 土 | アクア30              | 16:35~ | 竹内    | → | 休講   |
| 11月19日 | 火 | 腰痛膝痛予防ウォーキング       | 13:50~ | 野小    | → | スタッフ |

・追加は  で表示

2024年10月20日時点