スタジオプログラム

レッスン代行のご案内

2026年9月29日（火）

10:30～11:30 やさしいエアロ

11:45～12:15 おまかせストレッチ

→ポールストレッチ（定員：30名）

所　あけみ→沼尻　祐子

講師の都合によりレッスン代行となります

ご理解のほどよろしくお願い申し上げます