## スタジオ担当者・プログラム変更

レッスン日 時間		クラス変更前/担当者			クラス変更後/代行者	
11月9日 (日)	10:45 ~ 11:30	初級エアロ	髙橋	$\Rightarrow$	フィギュア8	和香
11月9日 (日)	11:45 ~ 12:45	ベーシックヨガ	髙橋	$\uparrow$	バレトン	和香
11月16日 (日)	10:45 ~ 11:30	フィギュア8	和香	$\uparrow$	初級エアロ	髙橋
11月16日 (日)	11:45 ~ 12:45	バレトン	和香	$\Rightarrow$	ベーシックヨガ	髙橋
	~			$\Rightarrow$		
	~			$\Rightarrow$		
	~			$\Rightarrow$		
	~			$\Rightarrow$		
	~			$\Rightarrow$		
	~			$\Rightarrow$		
	~			$\Rightarrow$		
	~			$\Rightarrow$		



ベーシックヨガ

フィギュア8

ピラティス

バレトン

**ZUMBA** 

初級エアロ

変更なし

腰痛予防ストレッチ

骨盤調整エクササイズ

アクティブヨガ

機能改善エクササイズ

頼本

松下

和香

辻