

代行・休講のご案内		
スタジオ	プール	
9月19日(土)～23日(水)	9月22日(火)	9月24日(木)
シルバーウィーク 特別プログラム	休講 13:15-14:00 サップコア yukina	代行 12:05-12:35 かんたん平泳ぎ 篠崎 ⇒ 砂田
9月24日(木)	9月23日(水)	9月24日(木)
代行 11:00-11:45 ピラティス ⇒ 美しい骨盤 yukina ⇒ 野田	代行 11:00-11:30 かんたんクロール 篠崎 ⇒ 佐藤	代行 12:35-13:05 ゆっくりクロール 篠崎 ⇒ 砂田
9月26日(土)	9月23日(水)	9月25日(金)
時間・スタジオ変更 12:00-12:45 ⇒ 11:00-11:45 ボディバランス 岡村 ※HOTスタジオで行います。	代行 11:30-12:00 かんたん背泳ぎ 篠崎 ⇒ 佐藤	代行 11:00～12:00 4種目泳ごう 篠崎 ⇒ 中嶋
9月29日(火)	9月23日(水)	
代行 10:00-10:45 やさしいエアロ ⇒ 朝ヨガストレッチ RIKA ⇒ mumu	代行 12:10-13:10 水中バレー 篠崎 ⇒ 佐藤	
	9月24日(木)	
	代行 11:00-12:00 4種目泳ごう 篠崎 ⇒ 砂田	