

# 代行案内

※赤字が変更箇所です。

2025年12月15日(月) 更新

エリア	変更	日 時	プログラム名	担当
スタジオB	前 ↓ 後	12/18(木) 11:50~12:20	簡化24式太極拳VR	VR <b>休講</b>
スタジオB	前 ↓ 後	12/18(木) 12:35~12:50	疲労回復ストレッチVR	VR <b>休講</b>
スタジオB	前 ↓ 後	12/24(水) 13:45~14:05	ウエストシェイプ	西村朝夫 <b>倉島大成</b>
スタジオA	前 ↓ 後	12/25(木) 10:00~10:45	パワーヨガ	長谷美里 <b>高畠嘉剛</b>
スタジオA	前 ↓ 後	12/25(木) 11:00~11:30	バレトン	長谷美里
スタジオA	前 ↓ 後	12/25(木) 11:45~12:15	ZUMBA	長谷美里