

# 10月 代行のお知らせ

**10/14 (祝月)**

PM② 15:15~16:00

【中級エアロ】中橋 ⇒ 高橋磨美

**10/16 (水)**

AM① 10:00~11:00

【足腰元気体操】加藤 ⇒ 毛塚

**10/22 (火)**

AM② 11:15~12:15

【パワーUP スリム】⇒【貯筋トレーニング】

朝比奈 ⇒ 毛塚

10/22(火)はプログラム内容を変更し実施致します。