

5月		スタジオ時間・担当・場所変更のお知らせ				
インストラクターの都合または市事業・イベントがある為、 下記の内容に変更 となります。 大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。						
日 付	時 間	配布時間	レッスン	インストラクター	場 所	定員変更
5月1日	(木)は	大	会の為、終	日休講	となります	。
5月2日	(金)は	大	会の為、終	日休講	となります	。
5月8日(木)	11:20~12:10	10:10	健 康 体 操	渡 辺	会議室 → 武道場 (大会の為)	28名
	12:20~13:10	11:10	シェイプステップ	渡 辺	会議室 → 武道場 (大会の為)	20名
5月16日(金)	9:35~10:20	9:00	朝いちストレッチ & ちょこっとピラティス	小 泉	会議室 → 武道場 (市事業の為)	25名
	10:30~11:15	9:20	ラテンエアロ	小 泉	会議室 → 武道場 (市事業の為)	20名
	11:30~12:15	10:20	ボディシェイプ	Meg	会議室 → 武道場 (市事業の為)	25名
	12:25~13:05	11:15	ポールストレッチ	Meg	会議室 → 武道場 (市事業の為)	23名 → 25名
	13:15~14:15	12:05	ヨ ガ	Meg	会議室 → 武道場 (市事業の為)	30名
5月21日(水)	9:20~10:00	9:00	ボディシェイプ	Meg	休講 (インストラクター都合)	
	10:10~10:50	9:00	初めてヨガ → ビギナーステップ	Meg → 井下	会議室	20名
	11:00~11:40	9:50	ビギナーステップ → ポールストレッチ	井下	会議室	20名
			2025/4/21		キッコーマンアリーナ 指定管理者 東京ドームスポーツ	