

レッスン代行案内

平素よりアイレックススポーツクラブ田原をご愛顧いただき、誠にありがとうございます。

下記の内容にて変更をさせていただきます。何卒ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

| | | | | 更新日 | 9/26 |
|--------|---|-------------|------|---------------------------|---------------|
| 日時 | | エリア | タイトル | 担当 | 代行者 |
| 9月28日 | 土 | 13:00～13:45 | プール | はじめて4泳法 | 坪井侑紀 仲谷元博 |
| 9月29日 | 日 | 13:15～14:00 | スタジオ | かんたんエアロ | 青木清心 石田かおり |
| 10月11日 | 金 | 10:45～11:15 | 多目的 | 筋膜リリースストレッチ | 川口舞沙美 平尾昌大 |
| 10月13日 | 日 | 11:15～12:15 | 多目的 | リラクゼーションホットヨガ | MIYU 山内和美 |
| 10月13日 | 日 | 16:45～17:30 | スタジオ | ナチュラルヨガ | MIYU 赤塚和代 |
| 10月15日 | 火 | 19:00～19:45 | スタジオ | リフレッシュヨガ | RINA 山内和美 |
| 10月16日 | 水 | 13:00～13:30 | スタジオ | POWER | MASA GEN |
| 10月18日 | 金 | 10:30～11:15 | スタジオ | かんたんエアロ | 青木清心 兼子かすみ |
| 10月18日 | 金 | 19:10～19:55 | スタジオ | UBOUND | MASA マツハ |
| 10月28日 | 月 | 10:30～11:15 | スタジオ | リフレッシュヨガ | 川口舞沙美 赤塚和代 |
| 10月28日 | 月 | 12:05～12:35 | スタジオ | UBOUND | 川口舞沙美 マツハ |
| 10月28日 | 月 | 14:00～14:30 | 多目的 | 骨盤ケアストレッチ | 川口舞沙美 平尾昌大 |
| 10月28日 | 月 | 14:45～15:30 | スタジオ | GROUPCENTERGY | 川口舞沙美 GEN |
| 10月29日 | 火 | 10:30～11:00 | スタジオ | 骨盤ケアストレッチ →筋膜リリースストレッチ | 川口舞沙美 坪井侑紀 |
| 10月30日 | 水 | 12:55～13:25 | 多目的 | 楽トレ | 川口舞沙美 休講 |
| 10月30日 | 水 | 13:50～14:35 | スタジオ | UBOUND | 川口舞沙美 MASA |



ココロとカラダに心地いい、フィットネス&スパ

アイレックススポーツクラブ田原