

シヨートレッスン (ストレッチ30) 変更のお知らせ

いつもご参加ありがとうございます。
4月から一部の曜日・時間を変更します。

現在

	月	火	水	木	金	土	日
午前	10:00 ~ 10:30						
午後						14:00 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30
夜間	19:00 ~ 19:30						



・・・そのまま

・・・変更

4月から

	月	火	水	木	金	土	日
午前	10:00 ~ 10:30			10:00 ~ 10:30			
午後						14:00 ~ 14:30	
夜間	18:30 ~ 19:00						

- 日曜日から木曜日の朝にお引越します！
- 月曜日の夜は18:30に開始します！
- 休館日、祝日、イベント開催日を除きます。

1週間のレッスン日がバランスよく！
夜の時間もゆっくりと過ごせるようになります！
今後ともご参加よろしくお祈いします！！