運動プログラム変更のお知らせ
Changes of the exercise class

2025年4月22日

◆スタジオ◆
Studio

変更する内容 Detail		日付 Date	レッスン名 Class	時間 Class Time	担当 Instructor
代行 Substitute IR		5/1(Thu) 6/12(Thu)	ピラティス Pilates	12:10-12:50	松田 Matsuda 齋藤 Saito
代行 Substitute IR		5/2(Fri)	ピラティス Pilates	17:30-18:15	荻原　Ogiwara 齋藤 Saito
休講 Canceled		5/8(Thu)	ｼｪｲﾌﾟｱｯﾌﾟボクシング Shape up boxing	17:30-18:15	Lenn

クラス開催日時変更 Class schedule change	4月より以下のクラスの開催日時が以下の通り変更となります。 ｼｪｲﾌﾟｱｯﾌﾟボクシング 月曜日19：25-20：10→月曜日17：30-18：25 瞑想とヨガ 月曜日17：30-18：15→金曜日12：10-12：50 The classes indicated below will be moved as shown from April. Shape up boxing Mon 19:25-20:10 → Mon 17:30-18:15 Meditation Yoga Mon 17:30-18:15 → Fri 12:10-12:45

◆トレーニング室◆
Training Room

変更する内容 Detail		日付 Date	レッスン名 Class	時間 Class Time	担当 Instructor

◆プール◆
Swimming Pool

変更する内容 Detail		日付 Date	レッスン名 Class	時間 Class Time	担当 Instructor

◆ジムナジアム◆

Gymnasium

変更する内容 Detail	開催場所 Place	日付 Date	レッスン名 Class	時間 Class Time	担当 Instructor
開催場所変更 Place changed	ジムナジアム Gymnasium トレーニング室 Training room		サバット Savate	14:00-15:00	JSC