

## ◆スタジオプログラム代講のご案内◆

いつもスポパル緑町クラブをご利用いただきましてありがとうございます。  
4月の代講・休講は以下のとおりとなります。あしからずご了承くださいませ。

4月

日付	時間	プログラム	担当	代講
4/4 (水)	11:40~12:25	KaQiLa	大津 章代	
		→ ストレッチヨガ		生熊 恵里
4/10 (火)	9:45~10:30	シバムテック&30	篠原 里佳	
		ZUMBA 45		村上 栞
	10:45~11:30	かんたんエアロ	篠原 里佳	村上 栞
4/11 (水)	19:15~20:00	ボディバランス	篠原 里佳	
		OXIGENO45		山根 早紀子
	20:15~21:00	ボディジャム 45	篠原 里佳	
		かんたんエアロ		山根 早紀子
	21:20~22:05	Surf 美尻	篠原 里佳	古谷 勇氣
	22:20~23:05	Surf 美尻	篠原 里佳	古谷 勇氣
4/13 (金)	17:00~18:00	キッズバレエ B	yu-ki	休講
4/15 (日)	10:15~11:15	アンチエイジングヨガ	高石 祐子	佐藤 文子
	11:30~12:30	パワーヨガ	高石 祐子	佐藤 文子
	18:45~19:45	リラックスヨガ	高石 祐子	佐藤 文子
4/16 (月)	15:05~15:50	Surf Basic	yu-ki	古谷 勇氣
4/27 (金)	17:00~18:00	キッズバレエ B	yu-ki	石黒 理恵

以上

げんき・きれい・ともだち