

フィットネス休講のお知らせ

7月20日(火)

9:20~9:50 健康ストレッチ

10:00~11:00 健康体操

11:15~11:55 らくらくエアロ 渋谷先生

7月27日(火)

9:20~9:50 健康ストレッチ

10:00~11:00 健康体操

11:15~11:55 らくらくエアロ 渋谷先生

8月17日(火)

9:20~9:50 健康ストレッチ

10:00~11:00 健康体操

11:15~11:55 らくらくエアロ 渋谷先生

スウェーデン選手団・ノルウェー選手団の事前キャンプ受け入れの関係により、
上記フィットネスプログラムを休講とさせていただきます。
ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程よろしくお願い致します。