

# スタジオレッスン代行のご案内

2022年1月12日

メディカルフィットネス ラ・サンテ・コンシェルジュ

会員さま各位

平素は当施設をご利用いただき、誠にありがとうございます。

担当インストラクターの都合によりスタジオレッスンの代行がございます。

詳しい日時とレッスン内容は下記の通りです。

2022年1月15日、22日（土）

10：30～11：15 機能改善ヨガ ⇒ **ヨガ 45**  
担当：REIKO ⇒ **上利 朋子**

11：30～12：00 からだほぐし ⇒ **かんたんエアロ**  
担当：REIKO ⇒ **上利 朋子**

12：15～13：00 美姿勢エクササイズ ⇒ **引き締めトレ&ストレッチ**  
担当：REIKO ⇒ **スタッフ**