会員各位

●スタジオ夜の時間変更のご案内

１０月　フィットネスルーム
夜のエアロビクス・ピラティスは
１ケ月間時間変更になりますので
ご注意下さい。

火曜日　10月7日・14日・21日・28日

現在　　２０：００～２０：４５
エアロビクス（溝口）

変更後　　２０：４０～２１：２５
エアロビクス（溝口）

金曜日　10月3日・10日・17日・24日

現在　　１９：００～１９：４５
ピラティス（木下）
２０：００～２０：４５
エアロビクス（木下）

変更後　　１９：１５～２０：００
ピラティス（木下）
２０：１０～２０：５５
エアロビクス（木下）

期間中は、スタジオ床をリノリウュム仕様に
一時的に変更しますのでご了承ください。
皆様のご理解、ご協力のほどよろしくお願い
致します。

●１１月からは現在の時間スケジュールに戻ります。

ロングウッドスポーツクラブ