

# フィットネスプログラム変更情報

令和8年2月14日更新

日時	曜日	変更内容
令和8年3月1日	日	<p>■ 10:00~10:45 ズンバ（秋山） ↓ ボクサ&amp;燃焼（戸崎）</p>
令和8年3月19日	木	<p>■ 19:00~19:45 ズンバ（秋山） ↓ やさしいステップ&amp;ストレッチ（戸崎）</p>
令和8年3月19日	木	<p>■ 20:00~20:45 リラックスストレッチ（秋山） ↓ リラックスストレッチ（戸崎）</p>
令和8年3月20日	金	<p>■ 10:00~10:45 ズンバ（秋山） ↓ ボクサ&amp;燃焼（戸崎）</p>
令和8年3月20日	金	<p>■ 11:00~11:45 リラックスストレッチ（秋山） ↓ リラックスストレッチ（戸崎）</p>