

# 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	■10:00~10:45 ズンバ（秋山） ↓ ボクサ&燃焼（戸崎）
令和8年3月19日	木	■19:00~19:45 ズンバ（秋山） ↓ やさしいステップ&ストレッチ（戸崎）
令和8年3月19日	木	■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）
令和8年3月20日	金	■10:00~10:45 ズンバ（秋山） ↓ ボクサ&燃焼（戸崎）
令和8年3月20日	金	■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）