

代行表(2月5日更新)

レッスン変更・担当変更等ございます。
詳しくは下記をご確認の上ご参加ください。

日付	曜日	レッスン名	時間	担当	→	代行者
<h2>IRの体調不良により、オレンジ色枠のレッスンは急遽変更とさせていただきます。</h2>						
2月5日	火	MIXXEDFIT ⇒歌謡曲エクササイズ	13:35~14:20	IZUMI	⇒	RUI
2月5日	火	HIPHOP ⇒BAILA BAILA	14:35~15:20	IZUMI	⇒	RUI
2月5日	火	ソフトホットヨガ ⇒ソフトホットヨガスト	16:15~17:00	久保 瑠璃子	⇒	KAYO
2月6日	水	フローヨガ	12:30~13:15	久保 瑠璃子	⇒	休講
2月9日	土	クロール	10:30~10:50	阿部 喜美子	⇒	STAFF
2月9日	土	バタフライ	11:00~11:20	阿部 喜美子	⇒	休講
2月13日	水	リトモス ⇒歌謡曲エクササイズ	13:15~13:45	梶川 倫世	⇒	RUI
2月13日	水	ZUMBA	14:00~14:45	梶川 倫世	⇒	RUI
2月13日	水	ヒーリングホットヨガ	17:55~18:40	ミッツ	⇒	由貴
2月13日	水	肩こり緩和&美姿勢ヨガ	19:00~19:45	ミッツ	⇒	由貴
2月13日	水	骨盤調整ホットヨガ	20:05~21:50	ミッツ	⇒	由貴
2月13日	水	美ボディメイクホットヨガ	21:05~21:50	ミッツ	⇒	由貴
2月16日	土	ZUMBA	14:05~15:05	miki	⇒	chami
2月16日	土	マットストレッチ ⇒ヨガストレッチ	15:30~16:15	miki	⇒	KAYO
2月21日	木	ステップ30	18:15~18:45	縄手 裕子	⇒	竹野内
2月21日	木	エアロ40	19:00~19:40	縄手 裕子	⇒	竹野内
2月22日	土	ステップ30	16:30~17:00	豊島 三幸	⇒	石井 浩恵
2月23日	日	エアロ40	17:15~17:55	豊島 三幸	⇒	石井 浩恵
2月23日	土	ピラティス	10:30~11:15	河西 ひとみ	⇒	西山 由香里
2月23日	土	ホットヨガ	11:35~12:20	河西 ひとみ	⇒	前野 由美子
2月23日	土	ソフトホットヨガ	12:40~13:25	河西 ひとみ	⇒	前野 由美子
2月24日	日	ルーシーダットン &フィットネスフラ ⇒腰痛・肩こり改善体操	10:30~11:30	みどり	⇒	沖本 眞理

2月24日	日	ZUMBA	11:45~12:45	みどり	⇒	沖本 眞理
2月24日	日	天空大河⇒ バランスコーディネーション	13:15~13:45	みどり	⇒	竹野内
3月5日	火	バランスコーディネーション ⇒骨盤ヨガ	12:00~12:45	瀬尾 江美	⇒	前野 由美子