

代行表

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
急遽変更したものは色を変えております。				
1月23日	月	BODY COMBAT	12:50 ~ 13:20	休講
1月24日	火	椅子ヨガ	10:45 ~ 11:15	SH'BAM IMTのため休講
1月25日	水	肩こり緩和ヨガ	18:15 ~ 19:00	ミッツ ⇒ 由貴
1月25日	水	骨盤調整ヨガ	19:30 ~ 20:15	ミッツ ⇒ 由貴
1月25日	水	BODY COMBAT ⇒BODY ATTACK	19:40 ~ 20:25	SHIZUMA ⇒ KAZUTO
1月28日	土	ピラティス ⇒ハタヨガ	10:30 ~ 11:15	河西ひとみ ⇒ SHOKO
1月28日	土	ソフトホットヨガ	11:45 ~ 12:30	河西ひとみ ⇒ SHOKO
1月29日	日	DISCO MIX ⇒キレイになるヨガ	12:45 ~ 13:30	みどり ⇒ MANAH
1月29日	日	整腰・骨盤調整 ⇒未定	13:55 ~ 14:40	みどり ⇒ MANAH
1月31日	火	アクアウォーク	10:30 ~ 11:00	河西ひとみ ⇒ 未定
1月31日	火	アクア45	11:15 ~ 12:00	河西ひとみ ⇒ 未定
1月31日	火	ボディメイクヨガ ⇒幸せの呼吸法	19:30 ~ 20:15	河西ひとみ ⇒ MANAH