

代行表(10月2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	スタジオ	レッスン名 → 変更後	時間	担当 → 代行者
10月3日	木	B	ZUMBA45 ⇒ 休講	18:50 ~ 19:35	沖本眞理 ⇒ 休講
10月3日	木	B	リンパストレッチ45 ⇒ 休講	20:00 ~ 20:45	沖本眞理 ⇒ 休講
10月7日	月	A	BODYCOMBAT45 ⇒ BODYCOMBAT60	20:45 ~ 21:45	三随智香子 ⇒ 三随智香子&Atsushi
10月27日	日	C	骨盤底筋トレーニング 30' 60 ⇒ ルーシーダットン45	15:30 ~ 16:15	羽原 ⇒ みどり
10月27日	日	C	ヨガニドラ～眠るヨガ～45 ⇒ リラックスストレッチ45	16:35 ~ 17:10	羽原 ⇒ みどり