

代行表(10月18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21日	月	B	足裏整える&ストレッチ45 ⇒ 休講	10:30 ~ 11:15	shoco ⇒ 休講
10月21日	月	C	脂肪燃焼ヨガ45 ⇒ 休講	11:45 ~ 12:30	shoco ⇒ 休講
10月27日	日	C	骨盤底筋トレーニングヨガ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
10月31日	木	C	メイクアップボディ45 ⇒ フローヨガ45	13:00 ~ 13:45	KYOKA ⇒ MIZUKI
10月31日	木	C	リフレッシュストレッチ45 ⇒ リフレッシュヨガ45	14:05 ~ 14:50	KYOKA ⇒ MIZUKI
11月10日	日	A	フラダンス45 ⇒ バレトン45	10:25 ~ 11:10	みどり ⇒ Takamatsu
11月10日	日	A	ZUMBA45 ⇒ JAZZダンス45	11:35 ~ 12:20	みどり ⇒ Takamatsu
11月10日	日	B	DISCOMIX45 ⇒ ラテンエアロ45	12:45 ~ 13:30	みどり ⇒ 羽原
11月10日	日	B	整腰・骨盤調整45 ⇒ 骨盤調整45	13:55 ~ 14:40	みどり ⇒ 羽原
11月16日	土	B	BODY PUMP45 ⇒ BODY ATTACK45	10:30 ~ 11:15	RYU ⇒ ムヤヤ