

スタジオレッスン代行表

2019.2.18更新

日付	曜日	時間	スタジオ	レッスン	インストラクター
2/19	火	10:15~11:00	HERBS	コラーゲン美軸エクササイズ ⇒ 岩盤ピラティス	HIRO ⇒ 宮川
2/19	火	11:10~11:55	岩盤	美軸エクササイズ ⇒ 岩盤ヨガ	HIRO ⇒ kiyomi
2/19	火	12:30~13:30	ブラック	ボディメイクEX ⇒ MEGADANZ	HIRO ⇒ OSAYA
2/19	火	13:45~14:30	ホワイト	ビューティーストレッチ	HIRO ⇒ kiyomi
2/19	火	21:40~22:25	ブラック	UBOUND	万紀也 ⇒ 大場
2/20	水	14:45~15:30	ブラック	キックボクシング DE ダイエット ⇒ KI MAX	HIRO ⇒ 大場
2/20	水	15:50~16:50	岩盤	美軸エクササイズ ⇒ 岩盤ピラティス	HIRO ⇒ 宮川
2/21	木	19:50~20:50	ホワイト	古典ヨガ ⇒ 骨盤調整ヨガ	亜矢子 ⇒ 三浦明日香
2/22	金	12:10~12:55	ホワイト	デトックスヨガ	竹内 ⇒ Miki
2/22	金	14:05~14:50	ホワイト	古典ヨガ ⇒ 肩こり腰痛改善ヨガ	亜矢子 ⇒ miho
2/24	日	10:10~10:55	HERBS	コラーゲンヨガ	miki ⇒ ERI
2/24	日	11:10~11:55	HERBS	コラーゲンヨガ	miki ⇒ ERI
2/24	日	18:20~19:20	ブラック	ZUMBA	塚田 ⇒ 山口永真
2/24	日	19:35~20:20	ブラック	MEGADANZ ⇒ エアロ初中級	塚田 ⇒ 山口永真
2/25	月	14:30~15:30	岩盤	岩盤ヨガ	tao ⇒ 宮川
2/25	月	15:45~16:30	HERBS	岩盤ヨガ	tao ⇒ 宮川
2/25	月	19:30~20:15	HERBS	モムチャンフィットネスコア	小山美南 ⇒ Bob_ch
2/26	火	13:45~14:30	ブラック	ベーシックヨガ	りえ ⇒ kiyomi
2/26	火	14:40~15:25	ブラック	OXIGENO ⇒ ピラティス	りえ ⇒ 玉城
2/26	火	14:30~15:15	岩盤	岩盤ヨガ	tao ⇒ oga
2/26	火	15:40~16:40	ホワイト	メンテナンスヨガ	tao ⇒ oga
3/1	金	19:00~19:45	ブラック	エアロ初中級	樋口 ⇒ MIYUKI
3/1	金	20:00~20:45	岩盤	岩盤ヨガ ⇒ 岩盤骨盤ストレッチ	樋口 ⇒ MIYUKI
3/2	土	9:45~10:30	HERBS	岩盤ヨガ	本庄 ⇒ kaori
3/2	土	13:00~13:45	ホワイト	サレション ⇒ エアロ初中級	樋口 ⇒ 浅野

3/2	土	14:05~14:50	HERBS	岩盤ヨガ	樋口 ⇒ 浅野
3/3	日	15:00~15:45	ホワイト	かんたんHIPHOP ⇒ HIPHOP JAZZ	Setu ⇒ 長谷川
3/4	月	11:10~11:55	ブラック	エアロ初中級	樋口 ⇒ 佐藤
3/4	月	12:15~13:00	HERBS	コアゲン岩盤ヨガ	樋口 ⇒ miho
3/4	月	19:30~20:15	HERBS	モムチャンフィットネスコア	小山美南 ⇒ Bob_ch
3/9	土	19:15~20:00	ブラック	DEJAVU	MAIKO ⇒ A-ya
3/11	月	19:30~20:15	HERBS	モムチャンフィットネスコア	小山美南 ⇒ Bob_ch
3/14	木	19:50~20:50	ホワイト	古典ヨガ ⇒ 肩こり腰痛改善ヨガ	亜矢子 ⇒ miho
3/15	金	14:05~14:50	ホワイト	古典ヨガ ⇒ 肩こり腰痛改善ヨガ	亜矢子 ⇒ miho
3/16	土	9:45~10:30	HERBS	岩盤ヨガ	本庄 ⇒ kaori
3/18	月	12:10~12:55	ブラック	ヒップファイン ⇒ バレト	秋草 ⇒ kaori
3/18	月	19:30~20:15	HERBS	モムチャンフィットネスコア	小山美南 ⇒ Bob_ch
3/21	木	10:10~10:55	ブラック	骨盤ヨガ	竹内 ⇒ あずさ
3/21	木	11:10~11:55	岩盤	岩盤ヨガ	竹内 ⇒ あずさ
3/22	金	12:10~12:55	ホワイト	デトックスヨガ	竹内 ⇒ Miki
3/25	月	19:30~20:15	HERBS	モムチャンフィットネスコア	小山美南 ⇒ Bob_ch
3/26	火	13:45~14:30	ブラック	ベーシックヨガ	りえ ⇒ kiyomi
3/26	火	14:40~15:25	ブラック	OXIGENO ⇒ ピラティス	りえ ⇒ 玉城
3/29	金	10:10~10:55	ホワイト	フローヨガ	oga ⇒ 宮川
3/29	金	11:10~11:55	岩盤	岩盤ヨガ	oga ⇒ 宮川
3/29	金	12:15~13:00	HERBS	コアゲン美背中筋 ⇒ 岩盤ヨガ	oga ⇒ 宮川
4/1	月	19:30~20:15	HERBS	モムチャンフィットネスコア	小山美南 ⇒ Bob_ch