

スタジオレッスン代行表

2019.5.7更新

日付	曜日	時間	スタジオ	レッスン	インストラクター
5/10	金	11:10~11:55	ホワイト	ピラティス	玉城 ⇒ 宮川
5/10	金	12:10~12:55	サーキットQueenax	FACTOR F	玉城 ⇒ Akiko
5/10	金	14:05~ 15:05 ↓ 14:10~14:55	ホワイト	古典ヨガ⇒ヨガ45	亜矢子 ⇒ kaori
5/12	日	12:10~12:55	サーキットQueenax	FACTOR F	玉城 ⇒ 休講
5/12	日	13:10~13:55	HERBS	ホットピラティス ⇒ 岩盤ヨガ	玉城 ⇒ こみ
5/16	木	10:00~10:45	HERBS	コラーゲン岩盤ヨガ ⇒ コラーゲン美軸エクササイズ	kaori ⇒ HIRO
5/16	木	11:00~11:45	ホワイト	姿勢調整ヨガ ⇒ 美軸エクササイズ	kaori ⇒ HIRO
5/16	木	19:10~19:55	HERBS	コラーゲン岩盤ヨガ	竹内 ⇒ 早川
5/16	木	20:10~20:55	HERBS	コラーゲンリラックスヨガ	竹内 ⇒ 早川
5/17	金	12:10~12:55	ホワイト	デトックスヨガ ⇒ ひめトレコンディショニング	竹内 ⇒ 加藤
5/20	月	20:20~21:05	岩盤	岩盤ヨガ	竹内 ⇒ あずさ
5/24	金	19:15~20:00	ブラック	KI MAX ⇒ FIGHT DO	大場 ⇒ 宮川
5/25	土	15:50~16:20	ブラック	FIGHT DO	大場 ⇒ 宮川
5/26	日	13:10~13:55	HERBS	ホットピラティス ⇒ 岩盤ヨガ	玉城 ⇒ こみ
6/3	月	15:40~16:10	ホワイト	LATIN JAZZ ⇒ 入門フラダンス	YASU-CHIN ⇒ マーフィー邦子
6/3	月	16:20~17:05	ホワイト	JAZZ DANCE ⇒ 入門ヒップダンス	YASU-CHIN ⇒ マーフィー邦子
6/9	日	9:50~10:50	ホワイト	MEGADANZ ⇒ ダンスMIX	MIYUKI ⇒ YASU-CHIN
6/9	日	11:05~11:50	ホワイト	バレトン ⇒ ダンスストレッチ	MIYUKI ⇒ YASU-CHIN
6/10	月	20:20~21:05	岩盤	岩盤ヨガ	竹内 ⇒ 優
6/12	水	18:00~18:45	ホワイト	ダンスストレッチ ⇒ ストレッチ	YASU-CHIN ⇒ 相沢
6/12	水	19:00~19:45	ホワイト	DANCE MIX ⇒ エアロ	YASU-CHIN ⇒ 相沢
6/13	木	19:10~19:55	HERBS	コラーゲン岩盤ヨガ	竹内 ⇒ 早川
6/13	木	20:10~20:55	HERBS	コラーゲンリラックスヨガ	竹内 ⇒ 早川
6/17	月	20:20~21:05	岩盤	岩盤ヨガ ⇒ 美軸エクササイズ	竹内 ⇒ HIRO
6/20	木	19:10~19:55	HERBS	コラーゲン岩盤ヨガ	竹内 ⇒ 早川

6/20	木	20:10~20:55	HERBS	カラーゲソリラックスヨガ	竹内 ⇒ 早川
6/21	金	12:10~12:55	ホワイト	デトックスヨガ ⇒ ひめトレコンディショニング	竹内 ⇒ 加藤
6/24	月	19:20~20:05	岩盤	リンパフローヨガ ⇒ 岩盤ヨガ	優 ⇒ 竹内