

スタジオレッスン代行表

2019.8.22更新

| | | | | | |
|------|---|-------------|-------|------------------------|-------------|
| 8/22 | 木 | 19:10~19:55 | HERBS | 岩盤コアゲンヨガ | 竹内⇒miki |
| 8/22 | 木 | 20:10~20:55 | HERBS | 岩盤コアゲンリラックスヨガ | 竹内⇒miki |
| 8/23 | 金 | 9:15~10:00 | ホワイト | OXIGENO⇒ピラティス | りえ⇒玉城 |
| 8/23 | 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 |
| 8/23 | 金 | 10:15~11:00 | 岩盤 | 岩盤ヨガ⇒岩盤ピラティス | りえ⇒玉城 |
| 8/24 | 土 | 12:05~12:50 | ブラック | UBOUND | STAFF⇒風斗 |
| 8/24 | 土 | 13:05~13:50 | ブラック | POWER カーディオ | STAFF⇒風斗 |
| 8/25 | 日 | 9:50~10:50 | ホワイト | MEGADANZ ⇒ HIPHOP JAZZ | MIYUKI⇒長谷川 |
| 8/25 | 日 | 11:05~11:50 | ホワイト | バレトン ⇒ ポルドブラ | MIYUKI⇒長谷川 |
| 8/31 | 土 | 12:05~12:50 | ブラック | UBOUND | STAFF⇒風斗 |
| 8/31 | 土 | 13:05~13:50 | ブラック | POWER カーディオ | STAFF⇒風斗 |
| 8/31 | 土 | 17:45~18:30 | HERBS | コアゲン岩盤ヨガ | miki⇒徳島 |
| 8/31 | 土 | 18:45~19:30 | HERBS | 岩盤ヨガ | miki⇒徳島 |
| 9/1 | 日 | 9:50~10:50 | ホワイト | MEGADANZ ⇒ HIPHOP JAZZ | MIYUKI⇒長谷川 |
| 9/1 | 日 | 11:05~11:50 | ホワイト | バレトン ⇒ ポルドブラ | MIYUKI⇒長谷川 |
| 9/1 | 日 | 10:10~10:55 | HERBS | コアゲン岩盤ヨガ | miki⇒kaori |
| 9/1 | 日 | 11:10~11:55 | HERBS | 岩盤ヨガ | miki⇒kaori |
| 9/1 | 日 | 16:15~17:00 | ホワイト | 姿勢調整ヨガ | YOSHI⇒りえ |
| 9/1 | 日 | 17:10~18:10 | ホワイト | ビギナーヨガ | YOSHI⇒りえ |
| 9/3 | 火 | 10:15~11:00 | ブラック | ZUMBA | 山口永真⇒川俣 |
| 9/5 | 木 | 15:40~16:25 | ブラック | UBOUND | 田島⇒STAFF |
| 9/5 | 木 | 18:45~19:30 | ホワイト | MEGADANZ ⇒ ZUMBA | HANAKO⇒YUKA |
| 9/10 | 火 | 10:15~11:00 | ブラック | ZUMBA | 山口永真⇒宮川 |
| 9/12 | 木 | 16:00~16:45 | ホワイト | 骨盤エクササイズ ⇒ 骨盤ストレッチ | 小高⇒相沢 |
| 9/17 | 火 | 18:50~19:35 | ホワイト | ピラティス⇒ヨガ | UMEZU⇒佐藤 |
| 9/18 | 水 | 10:05~10:50 | ブラック | モーニングエアロ初級 | 小高⇒宮川 |
| 9/19 | 木 | 16:00~16:45 | ホワイト | 骨盤エクササイズ ⇒ ピラティス | 小高⇒kaori |

| | | | | | |
|------|---|-------------|-------|------------|----------|
| 9/23 | 月 | 18:10~18:55 | HERBS | ゆったり岩盤ヨガ | 優⇒Hayato |
| 9/23 | 月 | 19:20~20:05 | 岩盤 | リンパフローヨガ | 優⇒徳島 |
| 9/23 | 月 | 20:15~21:15 | HERBS | 美肌リンパリラックス | 優⇒徳島 |