

スタジオレッスン代行表

2019.12.29更新

1/10	金	9:15-10:00	ホワイト	OXIGENO⇒ピラティス	りえ⇒玉城
1/10	金	10:15-11:00	岩盤	岩盤ヨガ⇒岩盤ピラティス	りえ⇒玉城
1/10	金	20:15-21:00	ホワイト	瞑想ヨガ	祐香⇒相馬
1/10	金	21:15-22:00	HERBS	美彩心	祐香⇒休講
1/11	土	17:55-18:25	ブラック	ダンス入門⇒ ダンスストレッチ	YUKA⇒HANAKO
1/11	土	18:40-19:25	ブラック	RTMOS⇒JPOPビギナー	YUKA⇒HANAKO
1/11	土	19:45-20:30	ブラック	K-POP DANCE⇒JPOP	YUKA⇒HANAKO
1/12	日	17:15-18:00	HERBS	岩盤ヨガピラティス⇒ 岩盤ヨガ	Hayato⇒kaori
1/13	月	9:15-10:00	ホワイト	モーニングヨガ	miho⇒Hayato
1/13	月	10:15-11:00	岩盤	岩盤ヨガ	miho⇒Hayato
1/13	月	11:10-11:55	岩盤	岩盤ヨガ⇒ 岩盤ヨガピラティス	miho⇒Hayato
1/13	月	19:30-20:15	ホワイト	ヨガ棒	oga⇒休講
1/13	月	20:30-21:15 ⇒19:30- 20:30	ホワイト	リラックスヨガ⇒骨盤ヨガ	oga
1/15	水	18:00-18:45	ホワイト	めぐり改善リラックスヨガ	高橋エマ⇒miho
1/15	水	19:00-19:45	ブラック	フィジカルトレーニングヨガ	高橋エマ⇒miho
1/17	金	13:05-13:50	HERBS	体ほぐしヨガ	MIHO2⇒miho
1/19	日	13:15-14:00	ブラック	POWER	三浦明日香 ⇒石山