

スタジオレッスン代行表

2019.9.3更新

9/8	日	10:15~10:45	ブラック	FIGHT DO	三浦明日香 ⇒ 奥島
9/8	日	11:05~11:50	ブラック	UBOUND⇒KIMAX	三浦明日香 ⇒ 奥島
9/8	日	12:10~12:55	ブラック	TOPRIDE	三浦明日香 ⇒ 奥島
9/8	日	13:10~13:55	ブラック	POWER	三浦明日香 ⇒ 奥島
9/8	日	17:15~18:00	ブラック	K-POP DANCE	YUKA⇒休講
9/10	火	10:15~11:00	ブラック	ZUMBA	山口永真⇒宮川
9/11	水	11:05~11:50	ブラック	優しい健康筋トレ	大場⇒YUKA
9/11	水	12:55~13:40	HERBS	岩盤ヨガ	kaori⇒りえ
9/11	水	11:10~11:55	ホワイト	ヨガピラティス ⇒ ペーシックヨガ	宮川⇒YOSHI
9/11	水	12:05~12:35	ブラック	FIFHT DO	未定
9/11	水	13:45~14:30	ブラック	MEGADANZ	MIYUKI
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
9/12	木	20:00~20:45	岩盤	岩盤ヨガ	宮川⇒佐藤
9/12	木	20:05~20:50	ホワイト	エアロ中級	佐藤⇒宮川
9/12	木	21:10~21:55	岩盤	岩盤ヨガ	宮川
9/13	金	17:05~17:50	ブラック	ボディメイクヨガ	YOSHI⇒宮川
9/13	金	18:00~19:00	ブラック	リラックスヨガ	YOSHI⇒宮川
9/14	土	13:00~13:45	HERBS	岩盤ヨガ	YOSHI⇒りえ
9/14	土	14:00~15:00	ホワイト	身体を整えるヨガ	YOSHI⇒りえ
9/16	月	10:15~11:00	HERBS	コラーゲンkaQiLa	間宮⇒休講
9/16	月	12:15~13:00	ブラック	ヒップファイン⇒バラン スコーディネーション	秋草⇒みや
9/16	月	13:20~14:20	ホワイト	タヒチアンダンス⇒ペ リーダンス	マーフィ邦子⇒Aya
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
9/18	水	11:05~11:50	ブラック	優しい健康筋トレ	大場⇒YUKA
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
9/19	木	20:00~20:45	岩盤	岩盤ヨガ	宮川⇒佐藤
9/19	木	20:05~20:50	ホワイト	エアロ中級	佐藤⇒宮川
9/19	木	21:10~21:55	岩盤	岩盤ヨガ	宮川
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
9/24	火	10:55~11:55	岩盤	美軸エクササイズ ⇒岩盤ヨガ	HIRO⇒kiyowi
9/24	火	12:30~13:30	ブラック	ボディメイク⇒リカバー &メンテナンス	HIRO⇒tao
9/24	火	13:45~14:30	ホワイト	ボールDEゴロゴロほぐ レッチ⇒リラックスヨガ	HIRO⇒kiyowi
9/24	火	14:50~15:35	岩盤	美軸エクササイズ ⇒ひめトレ (コラーゲン)	HIRO⇒加藤
9/26	木	20:00~20:45	岩盤	岩盤ヨガ	宮川⇒佐藤
9/26	木	20:05~20:50	ホワイト	エアロ中級	佐藤⇒宮川
9/26	木	21:10~21:55	岩盤	岩盤ヨガ	宮川