

スタジオレッスン代行表

2019.9.11更新

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 ⇒ ベリーダンス	マーフィ邦子 ⇒ Ayaa
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
9/20	金	19:15~20:00	ホワイト	エアロ初中級	樋口 ⇒ 浅野
9/20	金	20:15~21:00	岩盤	岩盤ヨガ	樋口 ⇒ 浅野
9/21	土	13:00~13:45	ホワイト	SALSATION ⇒ MEGADANZ	樋口 ⇒ 浅野
9/21	土	14:05~14:50	岩盤	岩盤ヨガ	樋口 ⇒ 浅野
9/23	月	11:15~12:00	ブラック	エアロ初中級	樋口 ⇒ 小高
9/23	月	12:20~13:05	HERBS	コラーゲン岩盤ヨガ	未定
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 ⇒ kiyomi
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 ⇒ kiyomi
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