スタジオレッスン代行表

2017.11.13更新

日付	曜日	時間	レッスン	インストラクター
11/14	火	10:15～11:00	マーズヨガ ⇒ リンパストレッチ	りえ ⇒ 春山優子
11/14	火	12:10～13:10	アースヨガ ⇒ リラックスヨガ	りえ ⇒ 春山優子
11/21	火	11:15～12:00	美軸エクササイズ⇒ ピラティス	HIRO ⇒ Kaori
11/21	火	12:30～13:30	ボディメイクEX⇒ フラダンス	HIRO ⇒ マーフィー邦子
11/21	火	13:45～14:30	美くびれストレッチ⇒ 岩盤ストレッチ	HIRO ⇒ マーフィー邦子
11/23	木	9:15～10:00	モーニングヨガ	りえ ⇒ miho
11/23	木	10:15～11:00	マーズヨガ ⇒ 岩盤ヨガ	りえ ⇒ miho
11/24	金	11:00～11:45	ピラティス ⇒ ヨガ	玉城 ⇒ chiaki
11/26	日	18:15～19:15	ZUMBA ⇒ HIPHOP	AKANE ⇒ TETSUYA
11/26	日	19:30～20:15	HIPHOP ⇒ J-POP	AKANE ⇒ TETSUYA