

# スタジオレッスン代行表

2018.08.13更新

| 日付   | 曜日 | 時間          | レッスン              | インストラクター     |
|------|----|-------------|-------------------|--------------|
| 8/16 | 木  | 9:45~10:45  | 大人のバレエ⇒ UBOUND    | 佐川 ⇒ 田島      |
| 8/16 | 木  | 10:10~10:55 | 骨盤ヨガ              | 竹内 ⇒ 早川      |
| 8/16 | 木  | 11:05~11:50 | ZUMBA ⇒ X55       | 佐川 ⇒ 田島      |
| 8/16 | 木  | 11:10~11:55 | 岩盤ヨガ              | 竹内 ⇒ 早川      |
| 8/16 | 木  | 12:15~13:00 | 岩盤ピラティス           | 佐川 ⇒ kaori   |
| 8/16 | 木  | 22:00~23:00 | ベリーダンス⇒ ラテンダンス    | Ayaa ⇒ 宮川    |
| 8/17 | 金  | 12:10~12:55 | デトックスヨガ           | 竹内 ⇒ miho    |
| 8/18 | 土  | 17:50~18:35 | KIMAX             | KOTA ⇒ 尾澤    |
| 8/19 | 日  | 13:10~13:55 | ホットピラティス⇒ 岩盤ヨガ    | 玉城 ⇒ ちあき     |
| 8/19 | 日  | 13:55~14:40 | TOPRIDE ⇒ 昭和エアロ   | 奥島 ⇒ マーフィー邦子 |
| 8/19 | 日  | 15:00~15:45 | POWER ⇒ フラベッシュ    | 奥島 ⇒ マーフィー邦子 |
| 8/20 | 月  | 13:15~14:00 | ファクターF            | 休講           |
| 8/20 | 月  | 21:00~21:45 | 岩盤ヨガ ⇒ ホットピラティス   | 竹内 ⇒ 玉城      |
| 8/21 | 火  | 19:00~19:45 | リンパストレッチ⇒ 岩盤ヨガ    | 春山優子 ⇒ 佐藤玲子  |
| 8/22 | 水  | 12:45~13:30 | ファクターF            | 休講           |
| 8/23 | 木  | 10:10~10:55 | 骨盤ヨガ⇒ JAZZDANCE   | 竹内 ⇒ UMEZU   |
| 8/23 | 木  | 11:10~11:55 | 岩盤ヨガ⇒ 岩盤ストレッチ     | 竹内 ⇒ UMEZU   |
| 8/23 | 木  | 18:35~19:35 | ZUMBA ⇒ エアロ初中級    | 海老名 ⇒ 熊谷     |
| 8/24 | 金  | 12:10~12:55 | デトックスヨガ           | 竹内 ⇒ miho    |
| 8/25 | 土  | 15:30~16:30 | ZUMBA ⇒ サルセッション   | 川俣 ⇒ 樋口      |
| 8/26 | 日  | 13:55~14:40 | TOPRIDE ⇒ サルセッション | 奥島 ⇒ 樋口      |
| 8/26 | 日  | 15:00~15:45 | POWER ⇒ ステップ初中級   | 奥島 ⇒ 樋口      |

|      |   |             |                     |                 |
|------|---|-------------|---------------------|-----------------|
| 8/27 | 月 | 13:15~14:00 | ファクターF              | 休講              |
| 8/29 | 水 | 15:45~16:30 | 太極拳 ⇒ フットコンディショニング  | 羽根田 ⇒ 相沢        |
| 9/6  | 木 | 15:40~16:25 | UBOUND ⇒ X55        | 田島 ⇒ Akiko      |
| 9/11 | 火 | 11:15~12:15 | 社交ダンスカサバ ⇒ MEGADANZ | Mamoru ⇒ MIYUKI |