

スタジオレッスン代行表

2018.08.26更新

日付	曜日	時間	レッスン	インストラクター
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
8/28	火	13:45~14:30	RADICAL POWER	近澤 ⇒ 大場
8/28	火	14:45~15:30	OXIGENO ⇒ ピラティス	近澤 ⇒ 玉城
8/28	火	15:45~16:30	ファクターF	近澤 ⇒ 玉城
8/28	火	20:00~20:45	岩盤ヨガ ⇒ 岩盤ピラティス	Chie ⇒ 玉城
8/28	火	21:15~22:00	岩盤ヨガ ⇒ 岩盤ピラティス	Chie ⇒ 玉城
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
8/30	木	18:50~19:35	ファクターF	休講
8/30	木	19:50~20:50	OXIGENO ⇒ 古典ヨガ	近澤 ⇒ 亜矢子
8/30	木	21:00~21:45	FIGHT DO	近澤 ⇒ 大場
9/6	木	15:40~16:25	UBOUND ⇒ X55	田島 ⇒ Akiko
9/6	木	19:00~19:45	岩盤ヨガ	佐藤玲子 ⇒ Chie
9/6	木	20:00~20:45	岩盤ヨガ	宮川 ⇒ Chie
9/6	木	20:05~20:50	エアロ中上級	佐藤玲子 ⇒ 宮川
9/11	火	11:15~12:15	社交ダンス ⇒ MEGADANZ	Mamoru ⇒ MIYUKI
9/25	火	14:30~15:15	岩盤ヨガ	tao ⇒ oga
9/25	火	15:40~16:40	メンテナンスヨガ	tao ⇒ oga
9/25	火	19:00~19:45	リンパストレッチ	春山優子 ⇒ 佐藤玲子
9/29	土	19:30~20:15	フローヨガ	tao ⇒ oga
9/29	土	20:30~21:30	リラックスヨガ	tao ⇒ oga