

スタジオレッスン代行・休講一覧

日付	時間	レッスン名	担当
8/1(木)	19:00~ 19:45	Nigth Relax Stretch	山口
8/3(土)	11:45~ 12:30	パワーエアロ	坂上
8/3(土)	12:45~ 13:30	フィットネスフラ	坂上
8/4(日)	10:20~ 10:50	ストレッチポール	野口
8/10(土)	13:45~ 14:45	お気楽ピラティス	Ayumi
8/11(日)	10:20~ 10:50	ストレッチポール	野口
8/18(日)	10:20~ 10:50	ストレッチポール	野口
8/25(日)	10:20~ 10:50	ストレッチポール	野口
8/26(月)	13:00~ 13:30	チェアヨガ	田中

⇒

⇒

⇒

⇒

⇒

⇒

⇒

時間	レッスン名	担当
19:00~ 19:45	ナイトストレッチ	猪俣
11:45~ 12:30	エンジョイエアロ	大槻
12:45~ 13:30	ボディーメンテナンスQ-ren	大槻
10:20~ 10:50	太極舞	下林
13:45~ 14:45	スッキリヨガ	坂上
10:20~ 10:50	太極舞	下林
10:20~ 10:50	太極舞	下林
10:20~ 10:50	太極舞	下林
13:00~ 13:30	チェアヨガ	古谷