

レッスン代行表							更新日	2025/11/18
月	日	曜日	時間	スタジオ	担当者	プログラム	代行者	プログラム
11	25	火	18：45～	常温	丸山	パワーカーディオ45	日下部	バーベルエクササイズ
12	3	水	10：30～	HOT	淡川	骨盤コンディショニングヨガ ★★	未定	未定
12	6	土	10：30～	HOT	碧	やさしいデトックスヨガ ★	TO-MA	ビギナーヨガ ★
12	13	土	16：30～	HOT	高木	ボディメイクヨガ ★★	未定	未定
12	20	土	16：30～	HOT	高木	ボディメイクヨガ ★★	Ayumi	ボディメイクヨガ ★★
12	21	日	16：10～	HOT	CHIE	ヒーリングヨガ ★	早川	ヒーリングヨガ ★
12	21	日	17：40～	HOT	CHIE	ボディメイクピラティス ★★	早川	ミニボールコンディショニング ★★
12	27	土	16：30～	HOT	高木	ボディメイクヨガ ★★	Ayumi	ボディメイクヨガ ★★
は、緊急代行及び休講の表示です。								