

# スタジオレッスン代行

|         |             | 変更前         |       | 変更後         |                           |       |
|---------|-------------|-------------|-------|-------------|---------------------------|-------|
| 2/2(日)  | 13:45~14:30 | やさしいヨガ      | 水木    | 13:45~14:30 | ツイストストレッチ                 | 菅原    |
| 2/5(水)  | 16:15~17:00 | ビギナーエアロ     | 堤     | 16:15~17:00 | ビギナーエアロ                   | 岸     |
| 2/8(土)  | 14:45~15:30 | ボールピラティス    | 田辺(千) | 14:45~15:30 | ピラティス                     | 菅原    |
| 2/8(土)  | 16:45~17:30 | やさしいエアロ     | 木村    | 16:45~17:30 | やさしいエアロ                   | 菅原    |
| 2/8(土)  | 17:45~18:30 | ZUMBA GOLD  | 木村    | 17:45~18:30 | 天空大河                      | 菅原    |
| 2/11(火) | 10:00~10:45 | ビギナーエアロ     | 保積    | 10:00~10:45 | ビギナーエアロ                   | 武田    |
| 2/11(火) | 10:05~10:50 | ラジヨガ        | 辻     | 10:05~10:50 | THE ストレッチ<br>(結果を出すストレッチ) | 小川    |
| 2/11(火) | 15:00~15:45 | やさしいバレトン    | 保木本   | 15:00~15:45 | MEGA DANZ                 | 武田    |
| 2/12(水) | 10:10~10:55 | やさしいヨガ      | 田辺(千) | 10:10~10:55 | やさしいヨガ                    | 堤     |
| 2/15(土) | 12:45~13:30 | フィジカルトレーニング | 菅原    | 12:45~13:30 | フィジカルトレーニング               | 堤     |
| 2/18(火) | 16:00~16:45 | ビギナーエアロ     | 武田    | 16:00~16:45 | ポルド・ブラ                    | Junko |
| 2/22(土) | 18:45~19:45 | FIGHT DO    | 関     | 18:45~19:45 | アスリートヨガ                   | 水木    |
| 2/28(金) | 13:00~14:00 | やさしいヨガ      | Yuki  | 13:00~14:00 | ツイストストレッチ                 | 菅原    |
| 3/2(月)  | 12:15~13:00 | ビギナーエアロ     | 新井    | 12:15~13:00 | ビギナーエアロ                   | 菅原    |
| 3/2(月)  | 13:15~14:00 | オキシジェノ      | 新井    | 13:15~14:00 | 天空大河                      | 菅原    |
| 3/2(月)  | 15:15~16:00 | ポルド・ブラ      | 新井    | 15:15~16:00 | ピラティス                     | 菅原    |
| 3/11(水) | 12:00~12:45 | ビギナーエアロ     | 塚本    | 12:00~12:45 | バレトン入門                    | Junko |
| 3/30(月) | 12:15~13:00 | ビギナーエアロ     | 新井    | 12:15~13:00 | ビギナーエアロ                   | 菅原    |
| 3/30(月) | 13:15~14:00 | オキシジェノ      | 新井    | 13:15~14:00 | 天空大河                      | 菅原    |
| 3/30(月) | 15:15~16:00 | ポルド・ブラ      | 新井    | 15:15~16:00 | ピラティス                     | 菅原    |