

# スタジオレッスン代行

	変更前			変更後		
2/5(水)	11:00~11:45	ポルド・ブラ	YUI	11:00~11:45	筋コンディショニング	保積
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 (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
2/12(水)	11:00~11:45	ポルド・ブラ	YUI	11:00~11:45	コアトレーニング&ストレッチ	堤
2/14(金)	19:00~19:45	ポルド・ブラ	YUI	19:00~19:45	ポルド・ブラ	Junko
2/14(金)	19:55~20:40	やさしいバレトン	YUI	19:55~20:40	やさしいバレトン	Junko
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
2/19(水)	11:00~11:45	ポルド・ブラ	YUI	11:00~11:45	筋コンディショニング	保積
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