

# スタジオレッスン代行

		変更前		→	変更後	
4/30(土)	13:15~14:00	フィジカルトレーニング	菅原	13:15~14:00	オリジナルエアロ	nagisa
4/30(土)	15:45~16:30	やさしいピラティス	塚本	15:45~16:30	やさしいエアロ	塚本
5/1(日)	12:10~12:55	オリジナルエアロ	堤	12:10~12:55	オリジナルエアロ	ユジナ
5/3(火)	16:10~16:55	ビギナーエアロ	武田	16:10~16:55	ビギナーエアロ	ユジナ
5/5(木)	16:00~17:00	コンディショニングヨガ	西元	16:00~17:00	ツイストストレッチ	菅原
5/6(金)	15:25~16:10	らくらくエアロ	塚本	15:25~16:10	ビギナーエアロ	nagisa
5/6(金)	16:30~17:15	コア&ヤーナリズム	塚本	16:30~17:15	やさしいヨガ	丸山
5/10(火)	12:55~13:40	オリジナルエアロ	菅原	12:55~13:40	オリジナルエアロ	ユジナ
5/10(火)	17:55~18:25	はじめてエアロ	堤	17:40~18:25	モビリティエクササイズ	ユジナ
5/10(火)	18:45~19:30	オリジナルエアロ	堤	18:45~19:30	オリジナルエアロ	ユジナ
5/10(火)	19:45~20:30	フィジカルトレーニング	堤	19:45~20:30	フィジカルトレーニング	ユジナ
5/12(木)	10:00~11:00	フラ基礎&ハワイアンフラ(初級)	naoko	10:00~11:00	ウォーキング&ボディアメニテエクササイズ	菅原
5/18(水)	12:35~13:20	ZUMBA GOLD	木村	12:35~13:20	DISCO WORLD	美細津

2022.4.30更新