

代行・時間変更案内

代行案内

日付	曜日	レッスン名	時間	担当		レッスン名	担当	備考
11/4	月	ファンダメンタルピラティス	10:00~10:45	安田 千草	➡	機能改善	福島 浩子	
11/4	月	ボディシェイプ60	10:55~11:55	安田 千草	➡	ボディシェイプ60	福島 浩子	
11/4	月	エアロ30	12:10~12:40	田中 陽子	➡	コンディショニング30	美香	
11/4	月	ヨガ45	12:55~13:40	田中 陽子	➡	ヨガ45	美香	
11/12	火	バランスボール30	19:15~19:45	竹内 渉	➡	体幹メソッド30	横田 好史	
11/13	水	ヨガ60	13:00~14:00	natsuki	➡	ヨガ60	安田 千草	
11/16	土	ヨガ60	10:00~11:00	阿部 美智子	➡	JSAボール	岡本 秀美	
11/16	土	アクア30	11:30~12:00	阿部 美智子	➡	アクアラン30	岡本 秀美	
11/20	水	ヨガ60	13:00~14:00	natsuki	➡	ヨガ60	安田 千草	
11/27	水	ヨガ60	13:00~14:00	natsuki	➡	ヨガ60	安田 千草	