

代行・休講のご案内

スタジオ		プール	
9月29日(火)	10月22日(木)	9月29日(火)	10月27日(火)
代行 10:00-10:45 やさしいエアロ ⇒ 朝ヨガストレッチ RIKA ⇒ mumu	代行 11:00-11:45 ピラティス ⇒ 美しい骨盤 yukina ⇒ 野田	代行 11:00-11:30 かんたん背泳ぎ 佐藤 ⇒ 中嶋	代行 13:15~14:00 サップコア ⇒ 水中バレー yukina ⇒ スタッフ
10月2日(金)	10月24日(土)	9月29日(火)	
代行 20:00-20:45 LESMILLS DANCE 尾沼 ⇒ shun	代行 18:30-19:15 ZUMBA NANA ⇒ 藤本	代行 11:30-12:00 かんたん平泳ぎ 佐藤 ⇒ 中嶋	
10月18日(日)	10月25日(日)	9月29日(火)	
代行 11:00-11:45 燃焼フローヨガ (HOT) ⇒ 燃焼ヨガ (HOT) mumu ⇒ RIKA	休講 11:00-11:45 燃焼フローヨガ (HOT) mumu	代行 12:05-12:35 かんたんクロール 佐藤 ⇒ 中嶋	
10月20日(火)		9月29日(火)	
代行 11:00-11:45 燃焼ヨガ ⇒ かんたんヨガ Ami ⇒ RIKA		代行 12:35-13:05 フィンスイム 佐藤 ⇒ 中嶋	
10月20日(火)		10月20日(火)	
代行 12:15-13:00 リラックスヨガ (HOT) ⇒ ストレッチヨガ (HOT) Ami ⇒ NANA		代行 13:15~14:00 サップコア ⇒ 水中バレー yukina ⇒ スタッフ	