

8月レッスン休講・代行のお知らせ

更新日 8/4

下記のレッスンが代行となります。
参加予定の皆さまにはご迷惑をお掛け致しますが
何卒ご理解賜りますようお願いいたします。

※色がついた部分が変更となります。

代行日		開始時間	スタジオ名	レッスン名	担当IR	代行IR
8/2	土	13:30	スタジオ2	ミュージックフローヨガ	吉澤	後藤
		14:40	スタジオ2	ピラティス	吉澤	後藤
8/3	日	15:00	リノエリア	ハンモックエクササイズ	Izumi	休講
		16:20	リノエリア	アライメントヨガ ⇒ストレッチヨガ	Izumi	竹内
8/10	日	11:10	スタジオ1	ZUMBA	斉藤	竹内
		12:00	スタジオ1	骨盤調整ストレッチ	斉藤	休講
8/7	木	14:15	スタジオ1	BODY PUMP ⇒リズムシェイプ（無料レッスン）	樹山	渋谷
		15:20	スタジオ1	ZUMBA	樹山	休講
8/11	月	9:40	スタジオ1	ウォームアップヨガ	田中	休講
		10:20	スタジオ2	身体調整	Sato	休講
		11:30	マシンジム	初めてトレーニング	Jun	休講
		12:30	マシンジム	初めてトレーニング	Jun	休講
		12:25	スタジオ2	フラ	MAKI	休講
		13:30	スタジオ2	ヨガ	MAKI	休講
		19:00	スタジオ2	バランスコーディネーション	管	休講
		19:00	リノエリア	FRピラティス	MAYU	休講
8/12	火	9:10	本館プール	あさすい	小堀	休講
		11:00	本館プール	シェイプアクア	小堀	休講
		11:40	本館プール	背泳ぎ	小堀	休講
		14:00	本館プール	ウォーク&ストレッチ	Anna	休講
8/13(水)～8/17(日) 夏季休館日により全レッスン休講						
8/18	月	19:00	スタジオ2	バランスコーディネーション	管	休講
8/19	火	14:00	本館プール	ウォーク&ストレッチ	Anna	休講
8/22	金	11:10	本館プール	クロール初級	今井	休講
		11:50	本館プール	平泳ぎ初級	今井	休講
		19:00	スタジオ1	BODY STEP	秋本	Mari
8/31	日	13:50	スタジオ1	ミュージックフローヨガ® ⇒ストレッチヨガ	吉澤	竹内
		14:40	スタジオ2	筋膜リリース&ストレッチピラティス	吉澤	休講
		14:40	スタジオ1	BODY PUMP ⇒STRONG NATION®	樹山	TERU
		15:45	スタジオ1	ZUMBA	樹山	TERU