

1月レッスン休講・代行のお知らせ

更新日 12/21

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
1/3 土	10:30	スタジオ2	バレエ基礎	雅	休講
	11:20	スタジオ1	BODY STEP	HAYATO	休講
	11:30	本館プール	エンジョイアクア	小堀	休講
	11:40	リノエリア	ハンモックエクササイズ	Hiromi	休講
	12:15	本館プール	エンジョイ水慣れスイミング	小堀	休講
	12:40	スタジオ1	ラテンエアロ	下村	休講
	13:30	リノエリア	トレーニング&リリース	下村	休講
	13:30	スタジオ2	ミュージックフローヨガ	吉澤	休講
	14:40	スタジオ2	ピラティス	吉澤	休講
	15:00- 17:00	ゴルフ	ゴルフレッスン	平山	休講
	15:40	スタジオ2	ホイールヨガ入門	佐喜	休講
	17:00	スタジオ2	リセット整体ヨガ	佐喜	休講
1/4 日	18:00	スタジオ1	STRONG NATION™	MACHI	休講
	19:10	リノエリア	ボディコンディショニング	MACHI	休講
	10:10	スタジオ1	琳派ヨガ	佐喜	休講
	11:10	スタジオ1	ZUMBA	斎藤	休講
	11:15	スタジオ2	Gear Zone Yoga L1	佐喜	休講
	12:00	スタジオ1	骨盤調整ストレッチ	斎藤	休講
1/6 火	13:50	スタジオ1	ミュージックフローヨガ® ⇒フローヨガ	吉澤	渋谷
	14:40	スタジオ2	筋膜リリース&ストレッチピラティス ⇒筋膜リリース&ピラティス	吉澤	渋谷
1/6 火	15:20	スタジオ2	ステップ	Anna	下村
1/12 月	10:20	リノエリア	デトックスヨガ	田中	休講
	10:30	スタジオ2	身体調整	Sato	休講
	11:40	スタジオ2	メンズヨガ	田中	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	リノエリア	バランスコーディネーション	管	休講
1/17 土	11:40	リノエリア	ハンモックエクササイズ	Hiromi	休講
1/20 火	13:45	リノエリア	筋膜リリース&ヨガ	大西	Sato
	15:00	リノエリア	コンディショニングヨガ	大西	Sato
1/24 土	10:15	スタジオ1	季節のアーユルヴェーダヨガ	Sakiko	休講
1/31 土	11:40	リノエリア	ハンモックエクササイズ	Hiromi	休講