

# 1月レッスン代行のお知らせ

日付	時間	レッスン名	場所	担当	代行
1/4(土)	12:40~13:25	ボディコンバット45	A	中辻	金山
1/7(火)	21:25~21:45	ウェーブストレッチ	B	国枝	休講
1/8(水)	12:55~13:40	ボディパンプ45	A	青井	MAYU
1/8(水)	14:00~14:45	LESMILLS Shapes →リトモス45	A	青井	遠藤
1/8(水)	15:05~15:25	ポールストレッチ	B	青井	未定
1/10(金)	10:30~11:15	ボディコンバット45	B	青井	長谷川 亮真
1/10(金)	13:55~14:40	Strength Development	A	青井	中畑
1/10(金)	15:00~15:45	ボディバランスFX →ボディメイクヨガ	B	青井	長谷川 彩香
1/11(土)	11:35~12:20	ボディパンプ45	A	青井	MAYU
1/11(土)	12:40~13:25	ボディコンバット45	A	中辻	金山
1/11(土)	13:15~13:35	ウェーブストレッチ	B	青井	未定
1/11(土)	13:55~14:40	LESMILLS DANCE →ZUMBA45	B	青井	松岡 久美子
1/11(土)	14:55~15:40	ボディバランスST →エンジョイエアロ	A	青井	松岡 久美子
1/11(土)	16:00~16:45	ホットYOGA45ek →MARS	B	青井	村瀬
1/20(月)	10:30~11:15	LESMILLS DANCE →ボディコンバット45	B	青井	長谷川 亮真
1/20(月)	11:40~12:25	LESMILLS Shapes	B	青井	長谷川 亮真
1/21(火)	15:00~15:45	ホットYOGA45do	B	青井	長谷川 彩香
1/22(水)	12:55~13:40	ボディパンプ45	A	青井	MAYU
1/22(水)	14:00~14:45	LESMILLS Shapes →リトモス45	A	青井	遠藤
1/22(水)	15:05~15:25	ポールストレッチ	B	青井	未定

1/24(金)	10:30~11:15	ボディコンバット45	B	青井	中辻
1/24(金)	13:55~14:40	Strength Development	A	青井	中畑
1/24(金)	15:00~15:45	ボディバランスFX →ボディメイクヨガ	B	青井	長谷川 彩香
1/25(土)	11:35~12:20	ボディパンプ45 →Strength Development	A	青井	長谷川 亮真
1/25(土)	12:40~13:25	ボディコンバット45	A	中辻	長谷川 亮真
1/25(土)	13:15~13:35	ウェーブストレッチ	B	青井	未定
1/25(土)	13:55~14:40	LESMILLS DANCE →ZUMBA45	B	青井	松岡 久美子
1/25(土)	14:55~15:40	ボディバランスST →エンジョイエアロ	A	青井	松岡 久美子
1/25(土)	16:00~16:45	ホットYOGA45ek →MARS	B	青井	村瀬
1/27(月)	10:30~11:15	LESMILLS DANCE →ボディコンバット45	B	青井	長谷川 亮真
1/27(月)	11:40~12:25	LESMILLS Shapes	B	青井	長谷川 亮真