

12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 |
|----------|-------------|----------------------------|-----|-----------|-----------|
| 12/1(日) | 10:30~11:15 | ホットYOGA45ek →ホットリゾート | B | 長谷川 彩香 | |
| 12/1(日) | 11:45~12:30 | ホットYOGA45do →ホットリゾート | B | 長谷川 彩香 | |
| 12/1(日) | 12:55~13:55 | ボディジャム60 | A | #MARI | ICCHY |
| 12/1(日) | 14:20~15:05 | LESMILLS DANCE →ZUMBA45 | B | #MARI | 松岡 久美子 |
| 12/4(水) | 11:45~12:30 | ホットYOGA45do | B | YURI | 青井 |
| 12/7(土) | 12:40~13:25 | ボディコンバット45 | A | 中辻 | 金山 |
| 12/9(月) | 19:30~20:15 | ホットYOGA45do →MARS | B | 青井 | 中桐 |
| 12/6(金) | 20:00~20:45 | 調整アクア →アクアダンス | プール | 伊部 | 牧 |
| 12/8(日) | 12:55~13:55 | ボディジャム60 | A | #MARI | ICCHY |
| 12/8(日) | 14:20~15:05 | LESMILLS DANCE →ZUMBA45 | B | #MARI | 松岡 久美子 |
| 12/8(日) | 15:30~16:15 | ボディアタック45 | B | 中畑 | 金山 |
| 12/10(火) | 21:25~21:45 | ウェーブストレッチ | B | 国枝 | 鈴木 達哉 |
| 12/13(金) | 12:50~13:35 | 自力整体 →ボディメイクヨガ | B | 佐藤 延代 | 長友 |
| 12/13(金) | 20:20~21:20 | ボディパンプ60 | A | MAYU | 中畑 |
| 12/13(金) | 21:40~22:25 | ボディコンバット45 | A | MAYU | 山田 |
| 12/14(土) | 12:40~13:25 | ボディコンバット45 | A | 中辻 | 長谷川 亮真 |
| 12/16(月) | 20:20~21:20 | ボディジャム60 | A | ICCHY | 休講 |
| 12/16(月) | 21:40~22:25 | ボディパンプ45 | A | 中畑 | 休講 |
| 12/17(火) | 20:20~21:05 | ボディコンバット45 | A | #MARI | 山田 泰聖 |
| 12/18(水) | 21:30~22:15 | ホットYOGA45do | B | 長谷川 彩香 | 大脇 |

| | | | | | |
|----------|-------------|-------------------------------|---|-------|-----------|
| 12/20(金) | 10:30~11:15 | ボディコンバット45 | B | 青井 | 長谷川 亮真 |
| 12/20(金) | 13:55~14:40 | Strength Development | A | 青井 | 中畑 |
| 12/20(金) | 15:00~15:45 | ボディバランスFX →ボディメイクヨガ | B | 青井 | YUMI |
| 12/21(土) | 17:15~18:00 | ホットYOGA45do →MARS | B | YUMI | 村瀬 |
| 12/22(日) | 12:55~13:55 | ボディジャム60 | A | #MARI | ICCHY |
| 12/22(日) | 14:20~15:05 | LESMILLS DANCE →ZUMBA45 | B | #MARI | 松岡 久美子 |
| 12/23(月) | 10:30~11:15 | LESMILLS DANCE →ボディコンバット45 | B | 青井 | 長谷川 亮真 |
| 12/23(月) | 11:40~12:25 | LESMILLS Shapes | B | 青井 | 長谷川 亮真 |
| 12/23(月) | 19:30~20:15 | ホットYOGA45do →MARS | B | 青井 | 中桐 |
| 12/27(金) | 14:05~14:25 | ポールストレッチ | B | 中辻 | 中桐 |
| 12/28(土) | 12:40~13:25 | ボディコンバット45 | A | 中辻 | 金山 |
| 12/29(日) | 12:55~13:55 | ボディジャム60 | A | #MARI | ICCHY |
| 12/29(日) | 14:20~15:05 | LESMILLS DANCE | B | #MARI | 青井 |