

代行・休講のお知らせ

| 日 時    | 曜日 | 時 間    | 担 当   | ク ラ ス                              | 代行者    |
|--------|----|--------|-------|------------------------------------|--------|
| 10月17日 | 金  | 11:00～ | Teru  | HOTボディメイクヨガ                        | MISAKI |
| 10月18日 | 土  | 11:30～ | fumi  | 爆汗筋膜リリース<br>HOTリラックスヨガ             | あかね    |
| 10月19日 | 日  | 17:45～ | fumi  | 爆汗筋膜リリース                           | momo   |
| 10月21日 | 火  | 12:15～ | 澤野敦   | 骨盤ストレッチ & 美容整体<br>美姿勢リリース          | megumi |
| 10月21日 | 火  | 13:30～ | CAPPY | ボディメンテナンスヨガ                        | 坂詰友美   |
| 10月21日 | 火  | 14:30～ | CAPPY | ディスコエアロ<br>ピラティス                   | 坂詰友美   |
| 10月24日 | 金  | 11:45～ | CAPPY | ボディシェイプ<br>マーシャルボディメイク             | あかね    |
| 10月24日 | 金  | 12:45～ | NORI  | ステップ初級<br>フローヨガ                    | あかね    |
| 10月24日 | 金  | 13:45～ | 坂本博美  | ジャイロキネシス<br>ポルドブラ                  | 田口優喜   |
| 10月25日 | 土  | 11:30～ | fumi  | 爆汗筋膜リリース<br>HOTリラックスヨガ             | あかね    |
| 10月26日 | 日  | 9:40～  | 塚本晃司  | 朝バレエ                               | 西條京子   |
| 10月26日 | 日  | 17:45～ | fumi  | 爆汗筋膜リリース                           | momo   |
| 10月28日 | 火  | 13:30～ | CAPPY | ボディメンテナンスヨガ                        | 坂詰友美   |
| 10月28日 | 火  | 14:30～ | CAPPY | ディスコエアロ<br>ピラティス                   | 坂詰友美   |
| 10月29日 | 水  | 14:05～ | CAPPY | CAPPYオリジナルENJOYステップ<br>ポールコンデショニング | 真木薫    |
| 10月31日 | 金  | 11:45～ | CAPPY | ボディシェイプ<br>マーシャルボディメイク             | あかね    |
| 11月2日  | 日  | 11:00～ | Keiko | リトモス                               | 三嶋喜美代  |
| 11月4日  | 火  | 13:30～ | CAPPY | ボディメンテナンスヨガ                        | 坂詰友美   |
| 11月4日  | 火  | 14:30～ | CAPPY | ディスコエアロ<br>ピラティス                   | 坂詰友美   |
| 11月5日  | 水  | 14:05～ | CAPPY | CAPPYオリジナルENJOYステップ<br>ポールコンデショニング | 真木薫    |
| 11月7日  | 金  | 11:45～ | CAPPY | ボディシェイプ<br>マーシャルボディメイク             | あかね    |
| 11月11日 | 火  | 13:30～ | CAPPY | ボディメンテナンスヨガ                        | 坂詰友美   |
| 11月11日 | 火  | 14:30～ | CAPPY | ディスコエアロ<br>ピラティス                   | 坂詰友美   |
| 11月13日 | 木  | 10:00～ | 川村映美子 | カーディオボディスカルプト<br>ピラティス             | 坂詰友美   |
| 11月14日 | 金  | 14:45～ | 川村映美子 | マイセルフボディケア<br>コアフローヨガ              | Miku   |
| 11月20日 | 木  | 10:00～ | 川村映美子 | カーディオボディスカルプト<br>ピラティス             | 坂詰友美   |
| スタジオ変更 |    |        |       |                                    |        |
| 10月19日 | 日  | 14:10～ | 理絵    | ストレッチアロマヨガ                         | 1スタジオ  |
| 10月26日 | 日  | 14:10～ | 理絵    | ストレッチアロマヨガ                         | 1スタジオ  |
| 11月2日  | 日  | 14:10～ | 理絵    | ストレッチアロマヨガ                         | 1スタジオ  |
| 11月9日  | 日  | 14:10～ | 理絵    | ストレッチアロマヨガ                         | 1スタジオ  |
| 11月30日 | 日  | 14:10～ | 理絵    | ストレッチアロマヨガ                         | 1スタジオ  |