

# 4月レッスン休講・代行のお知らせ

更新日 3/27

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	
4/5	土	11:40	リノエリア	ハンモックエクササイズ	Hiromi	休講
4/12	土	12:30	スタジオ1	ラテンエアロ	下村	休講
		13:35	リノエリア	骨盤エクササイズ	下村	休講
4/13	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	Izumi	休講
4/18	金	13:40	スタジオ2	美尻美腹エクササイズ ⇒ダンベルトレーニング	盛	竹内
		14:25	スタジオ1	癒しヨガ ⇒ストレッチヨガ	盛	竹内
		15:15	リノエリア	ダンベルピラティス ⇒ZUMBA	盛	竹内
4/19	土	18:10	スタジオ1	STRONG NATION™ ⇒BODY PUMP	MACHI	樹山
		19:10	スタジオ1	UBOUND	MACHI	福田
4/24	木	9:00~ 11:00	ゴルフ	ゴルフレッスン (打席)	平山	休講
4/25	金	13:40	スタジオ2	美尻美腹エクササイズ ⇒ダンベルトレーニング	盛	竹内
		14:25	スタジオ1	癒しヨガ ⇒ストレッチヨガ	盛	竹内
		15:15	リノエリア	ダンベルピラティス ⇒ZUMBA	盛	竹内
4/29	火	9:25	スタジオ1	八段錦 太極拳	橋本	休講
		10:00	スタジオ2	ピラティス	後藤	休講
		10:00	ヨガスタジオ	ホィール体幹ストレッチ	佐喜	休講
		10:10	スタジオ1	エアロ45	岡川	休講
		11:15	リノエリア	ボディコンディショニング	岡川	休講
		12:25	スタジオ1	ステップ&トレーニング	岡川	休講
		14:00	本館プール	ウォーク&ストレッチ	Anna	休講
		15:00	スタジオ2	ステップ	Anna	休講
		15:20	スタジオ1	ベーシックエアロ45	星	休講
		19:00	スタジオ1	BODY STEP	秋本	休講
		19:00	スタジオ1	ZUMBA	外山	休講
		19:15	ヨガスタジオ	ナイトリラックスヨガ	吉澤	休講
		20:00	スタジオ1	ファンクショナルトレーニング	秋本	休講
20:00	スタジオ2	ボクシングエクササイズ	外山	休講		

20:00

ヨガスタジオ

ストレッチポールピラティス

吉澤

休講