

スタジオレッスン代行・変更

(8月)

日にち	曜日	時間	レッスン名	IR	代行
11	月 (祝)	11:00~11:40	ダンスWAVE ↓ シンプルエアロ40	CSLive LIVE	→ CSLive REC
11	月 (祝)	18:30~19:10	シェイプパンプ40	CSLive REC	→ 休講
11	月 (祝)	19:30~20:10	フィールピラティス40	CSLive REC	→ 休講
13	水	12:30~13:10	シンプルステップ40 ↓ シンプルエアロ40	新保	→ CSLive REC
13	水	13:30~14:10	ZUMBA ↓ LatiLati40	新保	→ CSLive REC
15	金	10:00~10:40	ステップサーキット40 ↓ LatiLati40	藤垣	→ CSLive REC
15	金	13:30~14:10	ファイトアタック BEAT40	CSLive LIVE	→ CSLive REC
15	金	14:30~15:10	ヨガ40	日原	→ CSLive REC
18	月	11:00~11:40 ↓ 11:00~11:30	ダンスWAVE40 ↓ やせる! 脂肪燃焼 ダンス30	CSLive LIVE	→ CSLive REC
22	金	10:00~10:40	ステップサーキット40 ↓ LatiLati40	藤垣	→ CSLive REC

(9月)

15	月 (祝)	18:30~19:10	シェイプパンプ40	CSLive REC	→ 休講
15	月 (祝)	19:30~20:10	フィールピラティス40	CSLive REC	→ 休講
23	火 (祝)	18:30~19:00	ボディメイク トレーニング30	CSLive REC	→ 休講
23	火 (祝)	19:10~19:50	LatiLati40	CSLive LIVE	→ 休講
30	火	13:30~14:10	シンプルエアロ40	石川	→ CSLive REC
30	火	14:20~15:00	健康筋力体操40 ↓ スムーズ&ヒーリング 40	石川	→ CSLive REC