

スタジオレッスン代行・変更

(9月)

日にち	曜日	時間	レッスン名	IR		代行
15	月 (祝)	11:00~11:40 ↓ 11:00~11:30	ダンスWAVE ↓ やせる!脂肪燃焼ダンス 30	CSLive LIVE	→	CSLive REC
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
22	月	13:30~14:10 ↓ 13:30~14:00	エアロサーキット40 ↓ エアロサーキット30	村松	→	CSLive REC
22	月	14:20~15:00	ストレッチ40 ↓ カラダデトックス40	村松	→	CSLive REC
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
24	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
24	水	13:30~14:10	ZUMBA ↓ LatiLati40	新保	→	CSLive REC
25	木	18:30~19:10	ファイトアタック BEAT40	CSLive REC	→	休講
25	木	19:30~20:10	ヨガ40	CSLive REC	→	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