

スタジオレッスン代行・変更

(1月)

日にち	曜日	時間	レッスン名	IR		代行
12	月 (祝)	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
12	月 (祝)	18:40~19:20	フィールピラティス40	CSLive REC	→	休講
12	月 (祝)	19:30~20:10	ファイトアタック BEAT40	CSLive REC	→	休講
24	土	9:20~9:30	ラジオ体操	無	→	休講
24	土	9:30~9:40	ラジオ体操	無	→	休講
24	土	10:00~10:40	コンビネーション エアロ40	松島	→	休講
24	土	11:00~11:40	ヨガ40	藤井	→	休講
24	土	12:30~13:10	フィールピラティス40	CSLive REC	→	休講
24	土	13:30~14:10	Lati Lati40	CSLive REC	→	休講
24	土	14:30~15:10	カラダデトックス40	CSLive REC	→	休講
25	日	9:20~9:30	ラジオ体操	無	→	休講
25	日	9:30~9:40	ラジオ体操	無	→	休講
25	日	10:00~10:40	パワーヨガ40	藤井	→	休講
25	日	11:00~11:40	健康太極拳	CSLive REC	→	休講
25	日	12:30~13:10	ファイトアタック BEAT40	CSLive REC	→	休講
25	日	13:30~14:10	シェイプパンプ40	CSLive REC	→	休講
25	日	14:30~15:10	ヨガ40	CSLive REC	→	休講

2026年1月24日(土)25日(日)は、
浜名湾長水路大会開催の為、終日スタジオレッスンが全て休講となります。
ご理解の程よろしくお願いいたします。