

スタジオレッスン代行・変更

(2月)

日にち	曜日	時間	レッスン名	IR	代行
24	火	12:30~13:10	フィールヨガ40 ↓ <u>パワーヨガ40</u>	岡崎	→ CSLive REC

(3月)

日にち	曜日	時間	レッスン名	IR	代行
3	火	13:30~14:10 ↓ 13:30~ <u>14:00</u>	シンプルエアロ40 ↓ <u>やせる脂肪燃焼ダンス30</u>	石川	→ CSLive REC
3	火	14:20~15:00	健康筋力体操40 ↓ <u>健康太極拳40</u>	石川	→ CSLive REC
10	火	13:30~14:10 ↓ 13:30~ <u>14:00</u>	シンプルエアロ40 ↓ <u>エアロサーキット30</u>	石川	→ CSLive REC
10	火	14:20~15:00	健康筋力体操40 ↓ <u>スムーズ&ヒーリング40</u>	石川	→ CSLive REC
14	土	10:00~10:40	コンビネーションエアロ40 ↓ <u>LatiLati40</u>	松島	→ CSLive REC
17	火	10:00~10:40 ↓ 10:00~ <u>10:30</u>	シンプルステップ40 ↓ <u>やせる脂肪燃焼ダンス30</u>	藤垣	→ CSLive REC
17	火	13:30~14:10	シンプルエアロ40 ↓ <u>未定</u>	石川	→ CSLive REC
17	火	14:20~15:00	健康筋力体操40 ↓ <u>未定</u>	石川	→ CSLive REC
24	火	13:30~14:10	シンプルエアロ40 ↓ <u>未定</u>	石川	→ CSLive REC
24	火	14:20~15:00	健康筋力体操40 ↓ <u>未定</u>	石川	→ CSLive REC
31	火	13:30~14:10	シンプルエアロ40 ↓ <u>未定</u>	石川	→ CSLive REC
31	火	14:20~15:00	健康筋力体操40 ↓ <u>未定</u>	石川	→ CSLive REC

プールレッスン代行・休講

(2月)

日にち	曜日	時間	レッスン名	IR	代行
4	水	10:45~11:15	水泳入門	長友	→ 休講
6	金	19:00~20:00	マスターズ練習会	宮崎	→ 休講
25	水	10:45~11:15	水泳入門	長友	→ 休講

2026/2/2

更新