

# 代行のお知らせ

日付	時間	クラス名	変更前	変更後
5月 19日 (月)	11:45-12:30	背骨コンディショニング	小林	Chisato
5月 19日 (月)	15:00-15:30	アクア30	福元	岸本
5月 23日 (金)	10:45-11:15	アクア30	福元	佐藤
5月 23日 (金)	11:45-12:15	ファーストエアロ ⇒ファーストシェイプ	山内	岸本
5月 25日 (日)	15:45-16:45	【有料プログラム】 ピラティススクール	Sato	休講
5月 25日 (日)	17:00-17:45	ピラティス	Sato	さおり
5月 28日 (水)	14:45-15:30	3ヶ月マスター平泳ぎ	周藤	永井
5月 30日 (金)	10:45-11:15	アクア30	福元	岸本
5月 30日 (金)	14:45-15:45	ファンクショナルヨガ	梶原	Aya
5月 30日 (金)	19:45-20:15	ホットクラッシュ	月花	福元
6月 1日 (日)	13:00-13:45	ホットUpbeatMusicヨガ	月花	岸本
6月 1日 (日)	15:00-15:45	ハイパービート ⇒FITHOP RILLIZ	月花	サチ
FITHOP RILLIZとは、HIPHOPとフィットネスを融合させた韓国発の フィットネスプログラムです。K-POPやHIPHOP、POPなど メロディが楽しい楽曲に合わせて、楽しくエクササイズできます。				
6月 2日 (月)	15:00-15:30	アクア30	狩野	福元
6月 6日 (金)	10:45-11:15	アクア30	福元	佐藤
6月 7日 (土)	15:10-15:55	ハイパークラッシュ	永井	岸本
6月 9日 (月)	12:00-12:45	3ヶ月マスタークロール	永井	月花
6月 15日 (日)	13:00-13:45	ハイパーボディ ⇒ボディメイクパワー	佐藤	JUN
6月 15日 (日)	15:45-16:45	【有料プログラム】 ピラティススクール	Sato	休講
6月 15日 (日)	17:00-17:45	ピラティス	Sato	さおり
6月 16日 (月)	15:00-15:30	アクア30	狩野	福元
6月 18日 (水)	14:45-15:30	3ヶ月マスター平泳ぎ	周藤	永井
6月 22日 (日)	17:00-18:00	【有料プログラム】 ファンクショナル	MIZUHO	休講
6月 30日 (月)	15:00-15:30	アクア30	狩野	福元