

## 週替わりレッスン「スタジオ」

10月14日(木)	19:00~	リストラティブヨガ	三上
10月15日(金)	14:30~	ファンダメンタル2	山内
10月15日(金)	20:15~	ボディアタック45	山内
10月17日(日)	14:00~	ボディパンプ45	加藤
10月17日(日)	15:15~	サーフエクササイズ BASIC	佐藤(茅)
10月17日(日)	16:30~	ボディアタック45	佐藤(茅)
10月21日(木)	19:00~	ファンダメンタル1	三上
10月22日(金)	14:30~	リストラティブヨガ	山内
10月22日(金)	20:15~	ボディアタック45	松川
10月24日(日)	14:00~	ボディコンバット45	加藤
10月24日(日)	15:15~	UBOUND45	江澤
10月24日(日)	16:30~	ボディパンプ45	加藤

## 代行レッスン「スタジオ」

10月13日(水)	13:30~	ボディコンバット30	鈴木(健) ⇒ 里館
10月14日(木)	11:00~	バレトン	鈴木(み) ⇒ 峰村

## 代行レッスン「バイクスタジオ」

10月13日(水)	12:00~	R30	鈴木(健) ⇒ 片岡
-----------	--------	-----	------------

## 変更レッスン「スタジオ」

10月14日(木)	10:00~	barre ⇒ボディコンバット30	鈴木(み) ⇒ 木村(沙)
-----------	--------	----------------------	------------------

## 週替わりレッスン「ホットスタジオ」

10月16日(土)	13:30~	ホットピラティス	加藤
10月17日(日)	13:00~	ホットリンパケアストレッチ45	佐藤(茅)
10月23日(土)	13:30~	ホットピラティス	三上
10月24日(日)	13:00~	ホットピラティス	江澤

## 代行レッスン「ホットスタジオ」

10月13日(水)	10:30~	シェイプクラス	鈴木(健) ⇒ 江澤

## 変更レッスン「ホットスタジオ」
