代行・休講のご案内

日付・曜日	時間	プログラム名	変更前	変更後
4月21日（月）	19:30～20:15	ホットアロマヒーリングヨガ ⇒ホットフローヨガ	AKO	yuki
4月21日（月）	20:30～21:15	ホットボディメイクヨガ ⇒ホットコンディショニングヨガ	YUKO	塩見
4月23日（水）	20:30～21:15	ホットマインドフルネスヨガ ⇒ホットリラックスヨガ	さやか	MEGUMI
4月25日（金）	13:00～13:45	ホットヒーリングヨガ	サヤカ	AYAKO
4月27日（日）	15:00～15:45	WARM姿勢改善ピラティス ⇒WARMリラックスヨガ	SAE	さおり
4月28日（月）	12:00～13:00	ハタヨガ	MICHIYO	Keiko
4月28日（月）	20:30～21:15	ホットボディメイクヨガ	YUKO	野村
5月13日（火）	19:30～20:30	ホット安眠ヨガ ⇒ホット動くヨガ	Sawa	村上
5月17日（土）	16:20～16:50	サイクルバーニング	杤山	大本
5月18日（日）	14:05～14:35	サイクルバーニング	大本	杤山
5月19日（月）	12:00～13:00	ハタヨガ	MICHIYO	MIHO
5月20日（火）	19:30～20:30	ホット安眠ヨガ ⇒ホットやさしいハタヨガ	Sawa	moco
5月23日（金）	19:30～20:15	ホットお腹引き締めヨガ ⇒ホットフローヨガ	AYAKO	塩見
5月24日（土）	14:45～15:15	ハイパークラッシュ30	大本	三十尾
5月24日（土）	15:30～16:00	ハイパーエキサイト30 ⇒ハイパーボディ30（定員9名） ※音楽に合わせてバーベルエクササイズ！	大本	三十尾
5月31日（土）	16:20～16:50	サイクルバーニング	杤山	大本

2025/4/21 更新