

日付	曜日	時間	代行のお知らせ クラス名	変更前	変更後
7月27日	(日)	14:45～15:15	ウォームコアリセット	五木田	芳賀
7月29日	(火)	13:25～13:50	お腹すっきり	竹原	高柳
7月29日	(火)	13:50～14:50	大人から始めるバレエ	矢吹	休講
7月29日	(火)	15:20～16:20	ジャズダンス⇒Dance Fit	矢吹	フィフィ
7月29日	(火)	19:00～19:45	ホットボディシェイプヨガ	ひろこ	YUKI
7月30日	(水)	13:15～14:00	BODYリカバリー	前川	竹原
7月30日	(水)	21:00～21:30	滝汗クラッシュ30	佐藤	前川
8月1日	(金)	21:00～21:45	ストライクインパクト	高柳	五木田
8月2日	(土)	17:15～18:15	ホットデトックスヨガ	Sayaka	チヒロ
8月2日	(土)	17:30～18:15	初心者の方向けストライクインパクト	五木田	高柳
8月3日	(日)	10:15～11:15	フラダンス	野田	MIZUHO
8月4日	(月)	11:35～12:35	調整ヨガ⇒リラックスヨガ	SAKI	maiko
8月6日	(水)	18:45～19:45	ホット月ヨーガ⇒ホット背骨調整ヨガ	Sawa	moco
8月6日	(水)	19:05～19:50	ハイパーボディ	竹原	五木田
8月9日	(土)	13:00～13:45	ハイパーボディ	五木田	竹原
8月9日	(土)	13:45～14:15	腰痛体操	竹原	前川
8月9日	(土)	14:00～15:00	自己整体ヨガ⇒背骨調整ヨガ	Sawa	moco
8月10日	(日)	14:45～15:15	ウォームコアリセット	五木田	芳賀
8月12日	(火)	10:20～11:20	背骨コンディショニング	新井	SAKI
8月12日	(火)	20:00～20:45	ホットポールリラックスヨガ～日々の疲れを癒す～	芳賀	休講
8月19日	(火)	13:25～13:50	お腹すっきり	竹原	高柳
8月22日	(金)	14:00～14:30	アクア30	前川	高柳
8月23日	(土)	14:00～14:45	ハイパークラッシュ	高柳	佐藤
8月23日	(土)	17:30～18:15	初心者の方向けストライクインパクト	五木田	前川
8月24日	(日)	11:30～12:30 ⇒11:30～12:15	パワーエナジーストロング⇒ハイパーボディ	MIZUHO	高柳
8月24日	(日)	14:45～15:15	ウォームコアリセット	五木田	芳賀
8月24日	(日)	16:30～17:15	ストライクインパクト	前川	高柳
8月25日	(月)	15:20～16:05	初心者の方向けストライクインパクト	佐藤	五木田
8月25日	(月)	14:15～15:00	ハイパーボディ	芳賀	竹原
8月27日	(水)	19:05～19:50	ハイパーボディ	竹原	芳賀
8月29日	(金)	21:00～21:45	ストライクインパクト	高柳	五木田
8月30日	(土)	17:30～18:15	初心者の方向けストライクインパクト	五木田	高柳
8月30日	(土)	17:15～18:15	ホットデトックスヨガ	Sayaka	チヒロ

※8月の代行は随時更新していきます。

更新日：2025/7/27