

レッスン代行・休講のご案内

2026年1月10日(土)更新

日付	曜日		開始時間	終了時間	レッスン名	インストラクターナン
1月12日	月	変更前	10:00	10:30	ボディシェイプ	押切
		変更後			休講	
		変更前	10:45	11:15	かんたんストレッチ	押切
		変更後			休講	
		変更前	14:00	14:45	テーマパークジャズダンス	川上
		変更後			美姿勢 肩らく教室	伊藤
1月13日	火	変更前	14:00	14:45	体幹トレーニング	工藤
		変更後				佐竹
1月16日	金	変更前	12:00	12:45	美姿勢 肩らく教室	佐竹
		変更後			ボールDe筋膜リリース	松田
1月20日	火	変更前	13:00	13:45	ピラティス	高瀬
		変更後			美姿勢 腰らく教室	工藤
1月21日	水	変更前	10:45	11:15	かんたんストレッチ	佐竹
		変更後				松田