

レッスン代行・休講のご案内

2026年1月31日(土)更新

日付	曜日		開始時間	終了時間	レッスン名	インストラクター名
2月3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
2月4日	水	変更前	10:00	10:30	ボディシェイプ	佐竹
		変更後				柏崎
		変更前	10:45	11:15	かんたんストレッチ	佐竹
		変更後				柏崎
2月6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
2月11日	水	変更前	12:00	12:45	ボールDe筋膜リリース	松田
		変更後			美姿勢 腰らく教室	佐竹
2月13日	金	変更前	10:00	10:30	かんたんステップ	松田
		変更後			ボディシェイプ	伊藤
		変更前	10:45	11:15	ストレッチボール	松田
		変更後				伊藤
		変更前	12:00	12:45	美姿勢 肩らく教室	佐竹
		変更後				伊藤