

# レッスン代行・休講のご案内

2026年8月5日(水)更新

| 日付    | 曜日 |     | 開始時間  | 終了時間  | スタジオ | レッスン名       | インストラクター名 |
|-------|----|-----|-------|-------|------|-------------|-----------|
| 8月5日  | 水  | 変更前 | 14:00 | 14:45 | B    | ハワイアンフラ     | 春菜        |
|       |    | 変更後 |       |       | B    | 美姿勢腰らく教室    | 井崎        |
| 8月7日  | 金  | 変更前 | 10:00 | 10:30 | A    | ボディシェイプ     | 佐竹        |
|       |    | 変更後 |       |       | A    |             | 山下        |
|       |    | 変更前 | 10:45 | 11:15 | A    | かんたんストレッチ   | 佐竹        |
|       |    | 変更後 |       |       | A    |             | 山下        |
| 8月18日 | 火  | 変更前 | 10:00 | 10:30 | B    | ボディシェイプ     | 山下        |
|       |    | 変更後 |       |       | B    |             | 押切        |
|       |    | 変更前 | 10:45 | 11:15 | B    | かんたんストレッチ   | 山下        |
|       |    | 変更後 |       |       | B    |             | 押切        |
| 8月21日 | 金  | 変更前 | 10:00 | 10:30 | A    | ボディシェイプ     | 佐竹        |
|       |    | 変更後 |       |       | A    |             | 山下        |
|       |    | 変更前 | 10:45 | 11:15 | A    | かんたんストレッチ   | 佐竹        |
|       |    | 変更後 |       |       | A    |             | 山下        |
| 8月29日 | 土  | 変更前 | 19:00 | 19:45 | B    | ストロングネーション  | 井崎        |
|       |    | 変更後 |       |       | B    | 背骨コンディショニング | 柏崎        |