

7月代行のお知らせ

2026/6/30 更新

日	曜日	時間	担当者	カテゴリー	強度		代行者	カテゴリー	強度
1	水	14：30～15：30	石川 悟子	ストレッチングヨガ	★	➡	Fumiyo	やさしいデトックスヨガ	★
1	水	16：00～17：00	石川 悟子	姿勢改善ヨガ	★★	➡	Fumiyo	フローヨガ	★★
1	水	19：45～20：45	tetsuo	ベーシックヨガ	★★	➡	YOUICHI	ベーシックヨガ	★★
1	水	21：15～22：00	tetsuo	やさしいデトックスヨガ	★	➡	YOUICHI	ストレッチングヨガ	★
3	金	10：00～11：00	Sakura	ビギナーヨガ	★	➡	レイ	ビギナーヨガ	★
8	水	14：30～15：30	石川 悟子	ストレッチングヨガ	★	➡	舞絵驒ゆう子	やさしいデトックスヨガ	★
8	水	16：00～17：00	石川 悟子	姿勢改善ヨガ	★★	➡	舞絵驒ゆう子	リフレッシュヨガ	★★
10	金	10：00～11：00	Sakura	ビギナーヨガ	★	➡	yuki	ビギナーヨガ	★
10	金	14：00～15：00	Mizuho	リラックスヨガ	★	➡	真記子	リラックスヨガ	★
10	金	15：30～16：15	Mizuho	アロマベーシックヨガ	★★	➡	真記子	アロマベーシックヨガ	★★
17	金	10：00～11：00	Sakura	ビギナーヨガ	★	➡	YOUICHI	ビギナーヨガ	★
22	水	14：30～15：30	石川 悟子	ストレッチングヨガ	★	➡	舞絵驒ゆう子	やさしいデトックスヨガ	★
22	水	16：00～17：00	石川 悟子	姿勢改善ヨガ	★★	➡	舞絵驒ゆう子	リフレッシュヨガ	★★
24	金	10：00～11：00	Sakura	ビギナーヨガ	★	➡	AYA	ビギナーヨガ	★
29	水	14：30～15：30	石川 悟子	ストレッチングヨガ	★	➡	Fumiyo	やさしいデトックスヨガ	★
29	水	16：00～17：00	石川 悟子	姿勢改善ヨガ	★★	➡	Fumiyo	フローヨガ	★★