

レッスン代行表						更新日	2026/9/15	
月	日	曜日	時間	スタジオ	担当者	プログラム	代行者	プログラム
9	18	金	15：45～	常温	rena	ストレッチングヨガ	まりな	ストレッチングヨガ
9	18	金	18：45～	HOT	rena	フローヨガ★★	まりな	アロマデトックスヨガ★★
9	20	日	13：30～	常温	荒木	ヴィンヤサヨガ	MAIKA	パワーヨガ
9	20	日	14：45～	HOT	荒木	リラックスヨガ ★	MAIKA	やさしいデトックスヨガ
9	25	金	11：45～	常温	石山	パワーカーディオ45	未定	未定
9	25	金	12：45～	常温	石山	ファイドウ45	未定	未定
9	25	金	13：45～	常温	石山	UBOUND45	未定	未定
9	30	水	13：00～	常温	佐藤	パワーカーディオ45	水野	パワーカーディオ45
10	4	日	16：30～	HOT	CHIE	ヒーリングヨガ★	早川	ヒーリングヨガ★
10	4	日	17：40～	HOT	CHIE	ボディメイクピラティス★★	早川	ミニボールコンディショニング★★
	は、緊急代行及び休講の表示です。							