

レッスン代行表

更新日

2026/5/28

| 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           |
|---|----|----|--------|------|------|------------|------|-----------------|
| 5 | 29 | 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       |
| 5 | 29 | 金  | 18：45～ | HOT  | rena | フローヨガ ★★   | まりな  | リフレッシュヨガ ★★     |
| 5 | 30 | 土  | 16：00～ | 常温   | 寺田   | ストリートダンス   | 早川   | バレエ※16：00～16：45 |
| 5 | 30 | 土  | 17：30～ | 常温   | 天野   | ストレッチポール   | rena | ストレッチングヨガ       |
| 5 | 31 | 日  | 10：30～ | 常温   | 矢部   | エアロ・ロー     | 芳賀   | エアロ・ロー          |
| 5 | 31 | 日  | 13：30～ | HOT  | 矢部   | ホットリカバリー ★ | 水野   | ストレッチポール ★      |
| 6 | 5  | 金  | 15：45～ | 常温   | rena | ストレッチングヨガ  | 水野   | ストレッチポール        |
| 6 | 19 | 金  | 15：45～ | 常温   | rena | ストレッチングヨガ  | 矢部   | ウェーブストレッチ       |
| 6 | 26 | 金  | 15：45～ | 常温   | rena | ストレッチングヨガ  | 水野   | ストレッチポール        |

は、緊急代行及び休講の表示です。