レッスン代行表							更新日	2026/10/27
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
10	30	金	11：45～	常温	石山	パワーカーディオ45	日下部	バーベルエクササイズ
10	30	金	12：45～	常温	石山	ファイドウ45	Ryo	ファイドウ45
10	30	金	13：45～	常温	石山	UBOUND45	Ryo	UBOUND45
11	1	日	16：10～	HOT	CHIE	ヒーリングヨガ★	早川	ヒーリングヨガ★
11	1	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★★
11	2	月	10：30～	HOT	Ann	ビギナーヨガ★	haruka	ビギナーヨガ★
11	2	月	12：00～	HOT	Ann	パワーヨガ75分★★★	haruka	パワーヨガ75分★★★
11	6	金	13：20～	HOT	香里	リラックスヨガ★	Ann	リラックスヨガ★
11	6	金	14：50～	HOT	香里	シェイプアップヨガ★★★	Ann	シェイプアップヨガ★★★
11	8	日	16：10～	HOT	CHIE	ヒーリングヨガ★	村岡	ヒーリングヨガ★
11	8	日	17：40～	HOT	CHIE	ボディメイクピラティス★★	村岡	ボディメイクヨガ★★
11	13	金	20：00～	常温	早川	ポールトレ	未定	未定
11	15	日	15：00～	常温	まりな	全身シェイプ	rena	全身シェイプ
11	15	日	16：15～	常温	まりな	ストレッチングヨガ	rena	ストレッチングヨガ
11	20	金	13：20～	HOT	香里	リラックスヨガ★	Naoko	リラックスヨガ★
11	20	金	14：50～	HOT	香里	シェイプアップヨガ★★★	Naoko	シェイプアップヨガ★★★
11	21	土	14：00～	常温	CHISA	JAZZ90分	未定	未定
11	22	日	15：00～	常温	まりな	全身シェイプ	rena	全身シェイプ
11	22	日	16：15～	常温	まりな	ストレッチングヨガ	rena	ストレッチングヨガ
11	27	金	13：20～	HOT	香里	リラックスヨガ★	MAIKA	やさしいデトックスヨガ★
11	27	金	14：50～	HOT	香里	シェイプアップヨガ★★★	MAIKA	パワーヨガ★★★
11	28	土	16：30～	HOT	SAORI	やさしいデトックスヨガ★	未定	未定
11	28	土	18：00～	HOT	SAORI	シェイプアップヨガ★★★	未定	未定

は、緊急代行及び休講の表示です。