

7月 レッスン代行・休講情報

29日(水)	13:30~14:10	フィールピラティス→ ヨガストレッチ	渡邊→ 北村(祐)
31日(金)	12:10~13:00	中級水泳	中村→ 楠

8月 レッスン代行・休講情報

2日(日)	11:40~12:20	シンプルエアロ	高木→ 狩野
3日(月)	19:10~19:50	コンビネーションエアロ	寺島→ 宮川雄仁
4日(火)	20:05~20:45	コンビネーションステップ	丸川→ 小林貴子
5日(水)	20:30~21:30	上級スイムトレーニング	中村→ 高下
6日(木)	20:00~20:50	中級水泳	中村→ 角田
9日(日)	11:40~12:20	シンプルエアロ	高木→ 酒木さくら
10日(月)	9:30~10:10	ヨガ	休講
	10:25~10:55	ヨガ	
	11:10~11:50	シンプルエアロ30+筋トレ10→ シンプルエアロ40	原→ 築地
	12:05~12:45	シェイプパンプ	原→ 宇都宮
12日(水)	11:50~12:30	初級スイムトレーニング	豊島→ 角田
13日(木)	21:00~21:30	シェイプパンプ→ エアサイクル/リズムライド	豊島→ 角田
14日(金)	9:30~10:10	初級水泳	豊島→ 楠
16日(日)	11:40~12:20	シンプルエアロ	高木→ 酒木さくら
	13:30~14:10	エアサイクル/パワーライド → CSLiveRECエアサイクル/パワーライド	板倉→ CSLiveREC
	13:45~14:25	ZUMBA®	新井→ 上野(朋)
	15:00~15:40	シンプルステップ→シンプルエアロ	丸川→ 築地
	15:55~16:35	ボディケアストレッチ	
18日(火)	11:10~11:50	ヨガ	伊藤→ 川村留衣
	12:15~12:55	コンビネーションエアロ	小松田→ 岡田一恵
22日(土)	14:00~14:40	ヨガ	伊藤→ 北村(祐)
23日(日)	11:40~12:20	シンプルエアロ	高木→ 狩野
30日(日)	11:40~12:20	シンプルエアロ	高木→ 狩野

9月 レッスン担当者変更

日曜日	11:40~12:20	シンプルエアロ	高木→ 狩野
-----	-------------	---------	---------------

7~9月 レッスン内容・担当者変更

金曜日	19:10~19:40	CSLiveREC ZENYoga→ CSLiveREC Yoga
-----	-------------	--

※急な休講等の際は、当情報への記載が間に合わない場合がございます。あらかじめご了承ください。

更新日: 2026/7/28