

8月 レッスン代行・休講情報

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)	12:25～13:05	Zumba Gold→ボディメイク&ストレッチ	鈴木→築地
	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)	9:20～10:00	フリースタイルダンス	金田→三橋美結
	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:2026/8/4