

# スタジオ変更 4・5月

日付	時間	プログラム	変更内容
4月27日(土)	13:40~14:40	『初めてヨガ』 NAO ↓ 『フローヨガ』 ai	代行 内容変更
4月29日(月) 昭和の日	10:30~11:15	『ZUMBA』 五十嵐	休講
	11:35~12:35	『エアロ60』 五十嵐	
	17:45~18:45	『RITMOS』 Mari	
	19:05~19:50	『骨盤調整ヨガ』 Mari	時間延長 ※今回のみ
	19:05~19:50 ↓ 19:05~20:05	『MEGA DANZ』 吉田	
	20:05~21:05 ↓ 17:45~18:45	『ユニバーサルヨガマーズ』 吉田	祝日営業による 時間変更
5月3日(金) 憲法記念日	11:50~12:50	『ZUMBA』 荒井	休講
	13:10~14:10	『フローヨガ』 sita ↓ 『コアヨガ』 ai	代行 内容変更
	15:20~16:05	『Fithop』 荒井	休講
	18:30~19:30 ↓ 17:30~18:30	『バーレスクヒールダンス』 晃子	祝日営業による 時間変更
	18:30~19:30 ↓ 17:30~18:30	『ボディメンテナンス』 マコ	
	19:50~20:50 ↓ 18:50~19:50	『ZUMBA』 マコ	
	19:50~20:50 ↓ 18:50~19:50	『デトックスヨガ』 ai	
5月4日(土) みどりの日	13:50~14:50	『フォームローラーde柔軟』 sita	休講
	15:10~16:10	『ホットピラティスストレッチ』 晃子	休講 ↓ 通常通り行います
	18:00~19:00	『ハタフローヨガ』 sita	休講
	19:20~20:20 ↓ 18:00~19:00	『ホットピラティス』 マコ	時間変更
5月6日(月) 振替休日	11:50~12:50	『フローヨガ』 sita ↓ 『フローヨガ』 ai	代行
	13:10~13:55	『ホットピラティスストレッチ』 晃子	休講
	19:05~19:50 ↓ 16:40~17:25	『骨盤調整ヨガ』 Mari	時間変更
	19:05~19:50 ↓ 19:05~20:05	『MEGA DANZ』 吉田	時間延長 ※今回のみ
	20:05~21:05 ↓ 17:45~18:45	『ユニバーサルヨガマーズ』 吉田	祝日営業による 時間変更
5月10日(金)	10:30~11:30	『リフレッシュエアロ』 NAO ↓ 『エアロ60』 マコ	代行
	14:15~15:00	『ボクシングエアロ』 NAO ↓ お試し『インサイドフローヨガ』 Mari	代行 内容変更

※変更・追加分

2024/4/20 更新