

レッスン代行のお知らせ

2026/6/18 更新

日付	変更前				変更後			抽選
	時間	クラス名	担当		時間	クラス名	担当	
6月20日(土)	9:40~10:40	ヨガ	toco	→	休講			
6月20日(土)	10:55~11:55	骨盤エクササイズ	toco	→	11:30~12:00	筋トレ&ストレッチ	はぎりく	
6月24日(水)	13:05~14:05	シェイプエアロ	佐々木(裕)	→	13:10~14:00	シェイプエアロ	水島	対象
6月24日(水)	14:20~15:05	ダンベルシェイプ	佐々木(裕)	→	未定			
6月24日(水)	20:20~21:05	GroupFight	MOSSAインストラクター	→	20:20~21:05	GroupFight	UMI	
6月25日(木)	12:10~12:55	はじめてエアロ	佐々木(裕)	→	12:10~12:55	骨格リセットストレッチ	橋本	対象
6月25日(木)	13:15~14:00	ステップエクササイズ	佐々木(裕)	→	13:15~14:00	ZUMBAステップ	橋本	対象
6月28日(日)	15:45~16:45	BODY COMBAT	Karen	→	15:45~16:45	BODY COMBAT	村田	

※「抽選対象」と書かれたクラスは抽選となります。ご了承ください。

エスフォルタアリーナ八王子