

レッスン代行のお知らせ

2026/7/21 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	
7月22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
7月23日 (木)	14 : 20～15 : 20	BODY ART Training ～呼吸・体幹・ストレッチ～	佐野	➡	休講			
7月23日 (木)	15 : 25～16 : 25	ヨガ	入倉	➡	15 : 25～16 : 25	ヨガ	井上Y	
7月25日 (土)	12 : 30～13 : 00	バレエ基礎トレーニング	アユミ	➡	休講			
7月25日 (土)	13 : 15～14 : 00	バレエ基礎バー	アユミ	➡	12 : 30～13 : 30	ボディケア&トレーニング	田村	
7月25日 (土)	16 : 00～17 : 00	体幹フローヨガ	アユミ	➡	16 : 00～17 : 00	体幹フローヨガ	福田	
7月26日 (日)	9 : 40～10 : 40	朝ヨガ	入倉	➡	9 : 40～10 : 40	朝ヨガ	宗本 汐理	
7月26日 (日)	11 : 00～12 : 00	エアロ & コア	入倉	➡	11 : 00～12 : 00	体幹フローヨガ	宗本 汐理	
7月27日 (月)	10 : 00～11 : 00	朝ヨガ	アユミ	➡	10 : 00～11 : 00	朝ヨガ	宗本 汐理	
7月27日 (月)	11 : 20～12 : 20	クラシックバレエ初級	アユミ	➡	11 : 20～12 : 20	体幹フローヨガ	宗本 汐理	
7月29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

※「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