

# 代行のお知らせ

2026/10/29 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    |      |
| 11月1日 (日)  | 16 : 15～17 : 00 | ストリートダンススタート | 井内            | ➡ | 16 : 15～17 : 00 | 骨格ボディメイク～上半身～   | 梶谷    |      |
| 11月1日 (日)  | 17 : 15～18 : 15 | ストリートダンス     | 井内            | ➡ | 17 : 15～18 : 15 | 骨格ボディメイク～下半身～   | 梶谷    |      |
| 11月2日 (月)  | 18 : 00～18 : 30 | かんたん筋コン      | しんしん          | ➡ | 18 : 00～18 : 45 | 骨格ボディメイク～上半身～   | 梶谷    |      |
| 11月2日 (月)  | 18 : 45～19 : 45 | ダンスエアロ       | しんしん          | ➡ | 19 : 00～19 : 45 | 骨格ボディメイク～下半身～   | 梶谷    |      |
| 11月13日 (金) | 14 : 00～14 : 45 | バレトン         | 栗原            | ➡ | 14 : 00～14 : 45 | 骨格ボディメイク～上半身～   | 梶谷    |      |
| 11月13日 (金) | 15 : 00～16 : 00 | バレエ          | 栗原            | ➡ | 15 : 00～16 : 00 | 骨格ボディメイク～下半身～   | 梶谷    |      |
| 11月14日 (土) | 9 : 45～10 : 30  | ストリートダンススタート | 木谷            | ➡ | 9 : 40～10 : 30  | ストリートダンススタート    | HANA  | 抽選対象 |
| 11月14日 (土) | 10 : 40～11 : 40 | ストリートダンス     | 木谷            | ➡ | 10 : 40～11 : 40 | ストリートダンス        | HANA  | 抽選対象 |
| 11月28日 (土) | 11 : 55～12 : 40 | Group Fight  | MOSSAインストラクター | ➡ | 11 : 55～12 : 40 | Group Fight     | SEIKO |      |
| 11月28日 (土) | 9 : 45～10 : 30  | ストリートダンススタート | 木谷            | ➡ | 9 : 40～10 : 30  | ストリートダンススタート    | MAHMI | 抽選対象 |
| 11月28日 (土) | 10 : 40～11 : 40 | ストリートダンス     | 木谷            | ➡ | 10 : 40～11 : 40 | ストリートダンス        | MAHMI | 抽選対象 |
| 11月29日 (日) | 9 : 40～10 : 40  | 朝ヨガ          | 入倉            | ➡ | 9 : 40～10 : 40  | ストレッチ&コンディショニング | 水島    |      |
| 11月29日 (日) | 11 : 00～12 : 00 | エアロ & コア     | 入倉            | ➡ | 11 : 00～12 : 00 | エアロ&コア          | 水島    |      |

※「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