

火		水		木		金		土		日	
A Studio ホット	BStudio 常温	A Studio ホット	BStudio 常温	A Studio ホット	BStudio 常温	A Studio ホット	BStudio 常温	A Studio ホット	BStudio 常温	A Studio ホット	BStudio 常温
	10:30-11:30 ハタヨガ Maiko 第2週 Kumiko		10:30-11:30 フローヨガ Rie	10:30-11:15 ルーシーダットン 木下		10:30-11:15 ベーシックヨガ 柳本あや		10:30-11:15 美脚美尻 エクササイズ Rie		10:30-11:15 エイジング ビューティーヨガ CHIHARU	
11:45-12:30 ベーシックヨガ (男性参加可) Maiko 第2週 Kumiko		11:45-12:30 美脚美尻 エクササイズ Rie			11:30-12:30 エアヨガ ビギナー CHIHARU		12:00-12:45 ZUMBA 靴 林	11:30-12:15 ベーシックヨガ Rie	連続受講不可 12:10~13:10 エアヨガ ビギナー CHIHARU		11:30-12:15 ボクシング エクササイズ 靴 YONEZAWA
	12:45-13:15 エアロ ビギナー YONEZAWA 靴 13:25-13:45 コアトレーニング YONEZAWA NEW!		12:45-13:30 ZUMBA 靴 MOMO	12:45-13:30 フローヨガビギナー (男性参加可) CHIHARU		13:15-14:00 ルーシーダットン 前山				12:30-13:15 骨盤ヨガ CHIHARU	
14:00-14:45 ダイエットルーシー 木下		13:45-14:30 ピラティス Ayako			13:45-14:30 エアロ ビギナー 靴 小林		14:15-15:15 エアヨガ ビギナー CHIHARU		14:00-14:45 エアロ ビギナー 靴 圓山		13:30-14:15 ボディシェイプ 靴 YONEZAWA
	15:00-15:45 ピラティス 木村	14:45-15:30 骨盤ヨガ CHIHARU			14:45-15:30 ピラティス Noriko						16:00-17:00 エアヨガ ビギナー CHIHARU
	19:00-19:50 骨盤ヨガ Yuki		18:45-19:45 ハートオブヨガ CHIHARU	18:30-19:15 ベーシックヨガ YONEZAWA		19:00-19:45 フローヨガビギナー (男性参加可) CHIHARU			18:30-19:15 ボクシング エクササイズ 靴 YONEZAWA		17:15-18:00 デトックスヨガ Miyuki
20:00-20:45 ベーシックヨガ YONEZAWA	7/31(火)のみ 要予約 エアヨガビギナー ※詳細は代行情報へ	20:00-20:45 女性のための 骨盤エクササイズ Masumi			19:30-20:15 代謝アップ コアエクササイズ Miyuki		20:00-20:45 エアロ ビギナー 靴 YONEZAWA	19:30-20:15 フローヨガアクティブ (男性参加可) CHIHARU	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ホットスタジオとエアヨガは事前予約が必要です。</li> <li>●ご予約は会員様お一人につき、3クラス+1クラスキャンセル待ち予約が可能です。</li> <li>●ご予約及び、キャンセルはクラス開始1時間前まで可能です。</li> <li>●ホットスタジオクラスは専用ラグ、またはバスタオルをご持参頂き、マットに敷いて受講をお願いいたします。レンタルバスタオル(200円)もごさいます。</li> <li>●靴 マークのクラスはシューズをご着用ください。</li> </ul>		
	21:00-22:00 キックミット エクササイズ 岩木		21:00-22:00 エアヨガ リラックス CHIHARU	20:30-21:15 リラックスヨガ (男性参加可) Miyuki		21:00-21:45 エイジング ビューティーヨガ CHIHARU					

## Re:Birth7月 代行情報

7/15(日) 17:15~18:00 デトックスヨガ Miyuki  
→ リラックスヨガ Rie

7/21(土) 10:30~11:15 美脚美尻エクササイズ Rie  
→ 代謝アップコアエクササイズ Miyuki

11:30~12:15 ベーシックヨガ Rie  
→ ベーシックヨガ Miyuki

7/25(水) 12:45~13:30 ZUMBA momo  
→ ZUMBA 安藤

7/26(木) 14:45~15:30 ピラティス Noriko  
→ ピラティス Ayako

7/27(金) 12:00~12:45 ZUMBA 林  
→ ZUMBA 安藤

7/31(火) 21:00~22:00 キックミットエクササイズ 岩木  
→ エアヨガビギナー CHIHARU