

火		水		木		金		土		日	
A Studio ホット	B Studio 常温	A Studio ホット	B Studio 常温	A Studio ホット	B Studio 常温	A Studio ホット	B Studio 常温	A Studio ホット	B Studio 常温	A Studio ホット	B Studio 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		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
8月14日、15日は夏季休業となります											
	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		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、同時に3クラスの予約 + 1クラスのキャンセル待ち予約が可能です。</li> <li>● インターネットでのご予約及び、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します。</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:Birth 8月 代行情報

8/2(木) 14:45～15:30 ピラティス Noriko

→ピラティス Ayako

8/3(金) 12:00～12:45 ZUMBA 林

→ ZUMBA 安藤

8/9(木) 13:45～14:30 エアロビギナー 小林

→ エアロビギナー YONEZAWA

8/25(土) 14:00～14:45 エアロビギナー 圓山

→ エアロビギナー 小林