

# レッスン代行のお知らせ

2021/3/10 更新

| 日付           | 時間          | 変更前                   |         |         | 変更後       |            |
|--------------|-------------|-----------------------|---------|---------|-----------|------------|
|              |             | クラス名                  | 担当      |         | クラス名      | 担当         |
| 2021/3/13(土) | 14:30~15:15 | グループパワー               | YUU     | →       | グループパワー   | YOSHIKI    |
| 2021/3/14(日) | 9:45~10:45  | 朝ヨガ                   | 入倉      |         | 朝ヨガ       | SEIKO      |
|              | 11:00~12:00 | エアロ&コア                | 入倉      |         | エアロ&コア    | SEIKO      |
|              | 12:20~13:05 | 筋コンディション<br>~基本動作~    | ジム夏     |         | ダンベルシェイプ  | 佐々木<br>(裕) |
|              | 13:20~14:05 | 筋コンディション<br>~お尻&ウエスト~ | ジム夏     |         | ヨガストレッチ   | 佐々木<br>(裕) |
|              | 14:20~14:50 | 筋コンディション<br>~美筋ケア~    | ジム夏     |         | <b>休講</b> |            |
| 2021/3/17(水) | 17:30~18:15 | グループパワー               | YOSHIKI |         | グループパワー   | YUU        |
| 2021/3/20(土) | 14:30~15:15 | グループパワー               | YUU     |         | グループパワー   | YOSHIKI    |
| 2021/3/27(土) | 14:30~15:15 | グループパワー               | YUU     |         | グループパワー   | YOSHIKI    |
| 2021/3/28(日) | 13:30~14:15 | グループファイト              | YOSHIKI |         | グループファイト  | SEIKO      |
| 2021/3/31(水) | 17:30~18:15 | グループパワー               | YOSHIKI | グループパワー | YUU       |            |

ご理解の程お願い申し上げます。

エスフォルタアリーナ八王子