

# レッスン代行のお知らせ

2025/1/4

更新

日付	時間	変更前			変更後		抽選
		クラス名	担当		クラス名	担当	
1月5日(日)	9:45~10:45	マーシャルワークアウト	BRAFT世古	➡	マーシャルワークアウト	BRAFT MATSU	抽選未対象
1月5日(日)	11:00~12:00	【定期教室】ストライクボクシング ~ノーマル~	BRAFT世古	➡	【定期教室】ストライクボクシング ~ノーマル~	BRAFT MATSU	抽選未対象
1月5日(日)	12:15~13:00	エアロビクス中級	しんしん	➡	休講		
1月6日(月)	12:30~13:30	やさしいピラティス	秋山	➡	やさしいピラティス	葛西	抽選未対象
1月6日(月)	13:45~14:45	ZUMBA	秋山	➡	ZUMBA	川上	抽選対象
1月6日(月)	15:00~16:00	背骨の調律Sintex® ~ファンクショナルエアロ~	中村	➡	背骨の調律Sintex® ~ファンクショナルエアロ~	緒方	抽選未対象
1月6日(月)	13:45~14:45	背骨の調律Sintex® ~首・腰・股関節すっきり~	中村	➡	背骨の調律Sintex® ~首・腰・股関節すっきり~	緒方	抽選未対象
1月12日(日)	9:40~10:40	朝ヨガ	入倉	➡	コンディショニングストレッチ	広島	抽選対象
1月12日(日)	11:00~12:00	エアロ&コア	入倉	➡	エアロビクス初級	広島	抽選対象
1月21日(火)	12:45~13:45	ZUMBA	橋本	➡	ラテンエアロ	長島	抽選対象
1月21日(火)	14:00~15:00	ゆったり骨盤ストレッチ	橋本	➡	ゆったり骨盤ストレッチ	長島	抽選未対象

※「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