

代行情報			
12月14日(日)	8:00～9:00	ビューティーケア	MICHIYO→EMIRI
12月14日(日)	9:30～10:30	ストレッチベーシック→ピラティス	MICHIYO→EMIRI
12月16日(火)	20:15～21:15	ROLL YOGA→陰ヨガ	唯→SASAMI
12月19日(金)	9:30～10:30	経絡ヨガ→デトックスヨガ	FUKI→KIYO
12月19日(金)	11:00～12:00	ピラティス→ファンクショナルローラーピラティス®	FUKI→KIYO
12月19日(金)	17:30～18:30	ストレッチベーシック→パワーフローエクササイズ	MICHIYO→Fujio
12月19日(金)	19:00～20:00	ボクシング→ナイトヨガ	MICHIYO→Fujio
12月21日(日)	8:00～9:00	ビューティーケア→ヒーリングヨガ	MICHIYO→SASAMI
12月21日(日)	9:30～10:30	トータルボディシェイプ	MICHIYO→SASAMI
12月30日(火)	11:00～12:00	ビューティーケア→床バレエ ボディメイク	EMIRI→SASAMI
12月31日(水)	11:00～12:00	ビューティーケア→骨盤調整ヨガ	EMIRI→ARENA
12月31日(水)	12:30～13:30	ピラティス→コアフローエクササイズ 大晦日SP	EMIRI→ARENA

週替り			
12月8日(月)	12:30～13:30	反り腰予防改善トレーニング～姿勢改善～	Naoko
12月15日(月)	12:30～13:30	反り腰予防改善トレーニング～肩こり解消～	Naoko
12月22日(月)	12:30～13:30	反り腰予防改善トレーニング～腰痛解消～	Naoko
12月29日(月)	12:30～13:30	反り腰予防改善トレーニング～姿勢解消～	Naoko
12月3日(水)	8:00～9:00	リラックスヨガ	yurika
12月10日(水)	8:00～9:00	ととのいストレッチ	AKINO
12月17日(水)	8:00～9:00	リラックスヨガ	yurika
12月24日(水)	8:00～9:00	ととのいストレッチ	AKINO
12月31日(水)	8:00～9:00	ビューティーケア	MICHIYO
12月3日(水)	9:30～10:30	美脚ヨガ	yurika
12月10日(水)	9:30～10:30	ゆったりフローヨガ	AKINO
12月17日(水)	9:30～10:30	美脚ヨガ	yurika
12月24日(水)	9:30～10:30	ゆったりフローヨガ	AKINO
12月31日(水)	9:30～10:30	ボクシング & ブートキャンプ	MICHIYO

イベント&特別プログラム			
12月25日(木)	10:00～11:00	クリスマスSPトレーニング	AKINO
12月29日(月)	8:00～9:15	【有料75分イベント】タイ古式ヨガ	Kuu
12月31日(水)	9:30～10:30	ボクシング & ブートキャンプ	MICHIYO
12月31日(水)	12:30～13:30	コアフローエクササイズ 大晦日SP	ARENA
12月31日(水)	14:00～15:00	ヒーリングアロマヨガ 大晦日SP	NAO

12月29日(月)30日(火)31日(水) 短縮営業 最終レッスン 14:00start 15:30 close