

## ◆4月代行レッスンスケジュール◆

	常温YOGA (A)			岩盤YOGA (B)		
	時間	変更前	変更後	時間	変更前	変更後
20(金)	9:00	自力整体ヨガ かずう	ダイエットフロー hiromi			
22(日)				16:00	マインドフルネスヨガ kotoko	リフレッシュヨガ hina (外部代行)
24(火)	11:00	シェイプアップフロー hiromi	シェイプアップフロー Azusa			
26(木)				11:00	心身ゆったりすっきりヨガ asuka	心身ゆったりすっきりヨガ SHIHOKO
30(月)				11:00	やさしいパワーヨガ sayuri	やさしいパワーヨガ ありこ

## ◆5月代行レッスンスケジュール◆

		常温YOGA (A)		岩盤YOGA (B)			
		時間	変更前	変更後	時間	変更前	変更後
3(木)	14:30	カラダココロメンテナンスヨガ mikalino	カラダココロメンテナンスヨガ Ayako				
5(土)	16:00	ボディクレンジングヨガ 夕雨	BORN TO YOG ビギナー MAMI				
6(日)	12:45	くびれフロー YOKO	くびれフロー MIDORI				
7(月)	9:45	Aloha yoga MASAKO	スタイルアップyoga Yuu	19:00	シェイプアップヨガ asuka	シェイプアップヨガ yasuko	
12(土)				16:00	moving meditation aya	moving meditation MAMI	
19(土)	13:00	アライメントフロー&リストラティブ akiko	陰陽ヨガ yasuko				
29(火)	11:00	シェイプアップフロー hiromi	シェイプアップフロー Azusa				

13(日)	16:00	アシュタンガ(90分) ⇒ naomi	アシュタンガ(75分) naomi	※時間のみ変更
-------	-------	------------------------	----------------------	---------

(土)	14:30	ステップEX motoco	12日、26日開催
(日)	14:30	有酸素エクササイズ RENA	20日開催