

1月 スタジオプログラム代行表

日付	曜日	時間	場所	プログラム名	代行者	日付	曜日	時間	場所	プログラム名	代行者	日付	曜日	時間	場所	プログラム名	代行者
1	木					11	日					21	水	10:30- 11:30 19:00- 20:00 20:30- 21:30	HOT	美メイクヨガ → MARS 骨盤調整ヨガ → 肩甲骨ヨガ 月礼拝 → ソフトパワーヨガ	Kyoko → 蜷川 Kyoko → 曾根 Kyoko → 曾根
2	金					12	月					22	木	19:00- 20:00 20:00- 21:00	HOT	パワーヨガ → コンディショニングストレッチ フローヨガ → 休講	Kyoko → 栄 Kyoko → 休講
3	土					13	火					23	金				
4	日					14	水					24	土				
5	月	10:30- 11:15 11:30- 12:15	A	エアロ初級 ステップ初級 → ヨガティス	津江 → 江嶋 津江 → KEI	15	木					25	日				
6	火					16	金					26	月				
7	水	18:30- 19:30	HOT	リンパほぐしリラックスヨガ	KEI → 北本	17	土					27	火				
8	木					18	日					28	水				
9	金					19	月					29	木				
10	土					20	火					30	金				