

# 3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	日					11	水	10:30-	HOT	美メイクヨガ→	Kyoko	21	土				
				11:30-	コンディショニングストレッチ			→栄									
				19:00-	骨盤調整ヨガ →			Kyoko									
								20:00-	A	リラクゼーションヨガ	→曾根						
							20:30-	HOT		月礼拝 →		Kyoko					
								21:30		リラクゼーションヨガ(ストポ使用)	→曾根						
2	月					12	木					22	日				
3	火	10:30-	HOT	リラックスヨガ→	國光→栄	13	金	10:30-	A	ローラーヒラテイス	北本→曾根	23	月				
		11:30-		→ローラーヨガ													
		11:50-		TOP RIDE →				JIN → 栄									
		12:20-		UBOUND				JIN → 栄									
								12:45-	A	X55	JIN → 栄						
								13:30-	HOT	ローラー美姿勢ヨガ →	北本→曾根						
							13:30-	パワーヨガ									
4	水					14	土	14:30-	HOT	ボディメイク → パワーヨガ	蜷川→北本	24	火				
				15:15-	HOT			MARS → リラックスヨガ		蜷川→北本							
5	木	19:15-	A	UBOUND	蜷川→JIN	15	日	16:45-	HOT	はじめてスイム → 休講	齊藤 → 休講	25	水				
		19:45-		FIGHT DO → X55				蜷川→JIN									
		20:00-	A					12:30-	A	UBOUND	JIN→蜷川						
		20:30						13:15									
6	金					16	月					26	木				
7	土	12:00-	プール	アクアビクス	栄 → 蜷川	17	火					27	金				
		12:30-		UBOUND				栄 → JIN									
		15:45-		X55				栄 → JIN									
		16:15-	A					14:30-	A	ポールコンディショニング	JIN → 栄	28	土				
		16:30-					15:15										
		17:00	A														
8	日					18	水					28	土				
9	月	12:30-	A	UBOUND	JIN→蜷川	19	木					29	日				
		13:15															
10	火					20	金					30	月	10:30-	A	エアロ初級 → J-POPエアロ	津江→JUN
										11:15-	ステップ初級 → ラテンエアロ			津江→JUN			
														11:30-	A		
														12:15			