

| 日付 | | スタジオ | 時間 | レッスン名 | インストラクター | | レッスン名 | インストラクター |
|------|-----|-------|---------------------|---------|----------|---|---------|----------|
| 1/14 | (火) | SHINE | 12:20 ~ 13:10 | ストレッチヨガ | 高橋 | ⇒ | ストレッチヨガ | YUKO |
| | | | 21:20 ~ 22:10 | シェイプエアロ | 永田 | | ZUMBA | ニッキ |