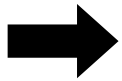
日付	曜日	場所	時間	レッスン	インストラクター
11月14日	土	スタジオ	19:30～20:15	LesMILLS BODYATTACK	【有料】Jun
11月15日	日	プール	12:00～13:00		
11月21日	土	スタジオ	18:00～19:00	FIT　JUMP	ALINA
11月24日	火	スタジオ	19:00～19:45	ヨガ	まさこ
11月30日	月	スタジオ	15:15～16:00	なごみヨガ	まさこ
12月2日	水	スタジオ	11:00～11:45	11/23の振替	



代行レッスン	インストラクター
LesMILLS BODYATTACK	【有料】Hira
マスターズ	中上
LesMILLS BODYPUMP	VR
ヨガ	長久保
ヨガ	長久保
Fithop RILLIZ	【有料】MAMI