# スタジオ変更 9月

| 日付 | 時間 | プログラム | 変更内容 |
|---|---|---|---|
| 9月21日(月)<br>敬老の日 | 11:50～12:50 | 『フローヨガ』 sita | 休講 |
| | 13:10～13:55 | 『ホットピラティスストレッチ』 晃子 | 休講 |
| | 17:45～18:45<br>↓<br>16:45～17:45 | 『RITMOS®』 MARI | 時間変更 |
| | 19:05～19:50<br>↓<br>18:00～19:00 | 『インサイドフローヨガ』 MARI | 時間変更 |
| | 20:05～21:05<br>↓<br>16:45～17:45 | 『ユニバーサルヨガマーズ』 吉田 | 祝日営業による<br>時間変更 |
| | 19:05～20:05<br>↓<br>18:05～19:05 | 『ZUMBA』 宏美 | 時間変更 |
| 9月22日(火)<br>国民の休日 | 10:30～11:30 | 『ハワイアンフラ』 伊藤 | 休講 |
| | 12:55～13:40 | 『バーレスクヒールダンス』 晃子 | 休講 |
| | 15:20～16:20 | 『ホットピラティスストレッチ』 晃子 | 休講 |
| | 19:45～20:45<br>↓<br>17:00～18:00 | 『ZUMBA』 マコ | 時間変更 |
| | 17:45～18:45 | 『ホットピラティスストレッチ』 晃子 | 休講 |
| | 19:05～20:05 | 『ハタフローヨガ』 sita | 休講 |
| | 19:05～20:05<br>↓<br>17:30～18:30 | 『ハタフローヨガ』 sita | 時間変更 |
| | 20:20～21:05<br>↓<br>18:50～19:50 | 『シヴァナンダヨガ』 sita | 時間変更 |
| 9月23日(水)<br>秋分の日 | 10:30～11:30 | 『初めてホットヨガ』 TSU♡YA | 休講 |
| | 11:50～12:50 | 『ZUMBA』 TSU♡YA | |
| | 13:10～14:10 | 『バーレスクヒールダンス』 晃子 | |
| | 14:30～15:30 | 『MEGA DANZ』 荒井 | |
| | 14:30～15:30 | 『ホットピラティスストレッチ』 晃子 | |
| | 18:30～19:30 | 『初めてホットヨガ』 TSU♡YA | |
| | 19:50～20:50 | 『ZUMBA』 TSU♡YA | |
| | 19:50～20:50 | 『ホットピラティスストレッチ』 晃子 | |
| 9月27日(日) | 17:30～18:30 | 『K-POP』 荒井<br>↓<br>『ホットからだバー』 宏美<br>※Bスタジオにて行います。 | 代行<br>内容変更 |
| | 18:50～19:50 | 『CHOREOLOGY』 荒井<br>↓<br>『ZUMBA』 宏美 | 代行<br>内容変更 |

2026/9/15 更新