

≪ 2021年6月 zoomレッスン・スタジオレッスン スケジュール ≫

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
			10:00~11:00 氣功的ヨーガ 岸裏			10:00~11:00 氣功ストレッチ 岸裏
				20:00~21:00 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00~21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
6	7	8	9	10	11	12
	10:00~11:00 ヨガ&ピラティス 内山	10:00~11:00 氣功 シンプルレッスン 岸裏	10:00~11:00 氣功的ヨーガ 岸裏			10:00~11:00 氣功ストレッチ 岸裏
15:30~16:40 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00~21:00 お休み前の ストレッチヨガ 森本			20:00~21:00 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00~21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
13	14	15	16	17	18	19
	10:00~11:00 ヨガ&ピラティス 内山	10:00~11:00 氣功 シンプルレッスン 岸裏	10:00~11:00 氣功的ヨーガ 岸裏			10:00~11:00 氣功ストレッチ 岸裏
15:30~16:30 講師スキルアップ講座 岸裏	20:00~21:00 お休み前の ストレッチヨガ 森本		15:00~16:00 講師スキルアップ講座 岸裏	20:00~21:00 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00~21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
16:30~17:00 講師会			16:00~16:30 講師会			
20	21	22	23	24	25	26
	スタジオレッスン 10:30~11:40 氣功&ピラティス 内山		10:00~11:00 氣功的ヨーガ 岸裏			スタジオレッスン 10:00~11:10 氣功ストレッチ 岸裏
スタジオレッスン 15:30~16:40 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00~21:00 お休み前の ストレッチヨガ 森本			20:00~21:00 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00~21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	11:25~12:10 健康太極拳 二十四式
27	28	29	30	1	2	3
	10:00~11:00 ヨガ&ピラティス 内山	10:00~11:00 氣功 シンプルレッスン 岸裏	10:00~11:00 氣功的ヨーガ 岸裏			
	20:00~21:00 お休み前の ストレッチヨガ 森本					

- 受講したいレッスン数に応じて回数券をお買い求めください。
- スタジオレッスンは別料金となっております。別途お申込みの上、当日現金でお支払ください。
- 色の付いていないクラスは一般の会員さんは受講できません。
- レッスンを受講する際は、**担当講師**にメールまたはラインで、**ご予約ください。**