

レッスン予定

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

月曜日

Room	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	備考
【サロン】			

レッス予定

火曜日

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

Room	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	備考
【サロン】 楊名時太極拳 10:30~12:00	和田 みなゑ		10・17・ 24・31		7・14・ 21・28	
【サロン】 若返り 背筋アップコース 13:00~13:50	三枝 喜代子		10・17・ 24・31		7・14・21	
【サロン】 ハワイアンフラ 14:30~15:30	人見 典子		10・17・ 24		7・14・28	
【サロン】 メンズヨーガ 18:30~20:00	持田 裕子	10・17		14・21		

レッスン予定

水曜日

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

Room	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	備考
【サロン】 バランスボール体操 13:30~14:30	北澤 珠里	18		1・15・ 29		6/29→5月分振替
【10】 戸塚刺しゅう 10:30~12:30	高田 洋子	11・25		8・22		
【10】 戸塚刺しゅう 13:30~15:30	高田 洋子	11・25		8・22		
【サロン】 オリエンタル ベリーダンス 20:00~21:00	ジャミーラ	11・18 ・25		1・8・ 15・22 ・29		6/1→5月分振替

レッスン予定

木曜日

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

Room	講師名	5月 (月3回)	(月4回)	6月 (月3回)	(月4回)	備考
【サロン】 アルジュナヨーガ 10:30~12:00	渡辺 味比		12・19・ 26		2・9・ 16・23・ 30	6/30→7月分振替
【サロン】ラフィーラ 12:30~13:30	内海 孝子		12・19・ 26		2・9・ 16・23・ 30	6/2→5月分振替
【サロン】キレイになって しまうウォーキング 18:30~19:30	丹羽 裕子	12・26		9・23		

レッスン予定

金曜日

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

Room	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	備考
【サロン】 免疫力 アップ&ゆるめるヨガ 10:30~11:45	ayaco		6・20		3・17	
【サロン】 ゆる体操 13:15~14:30	荒木 孝二	6・20		3・17		
【サロン】 バランスボール体操 13:30~14:30	北澤 珠里	13・27		10・24		
【サロン】 ヨガ&ピラティス 19:30~21:00	北村 美奈子	13・27		10・24		
【サロン】 癒しヨガ 16:15~18:15	持田 裕子	6・20		3・17		

レッスン予定

土曜日

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

Room	講師名	5月 (月2回)	(月3回)	6月 (月2回)	(月3回)	備考
【サロン】 アルジュナヨーガ 10:30~12:00	渡辺 昧比		14・21・ 28		4・11・ 25	
【サロン】 アイヨガ 13:30~14:30	榎本 佳寿子					
【サロン】 パドマヨーガ 15:00~16:30	榎本 佳寿子	14・28		11・25		

レッスン予定

日曜日

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

Room	講師名	5月 (月2回)	(月3回)	6月 (月2回)	(月3回)	備考
【サロン】						