

カルチャーレッツスン

赤字→日程変更日 青字→振替日

月曜日	講師名	5月 (月1回)	6月 (月1回)	備考
【4】やさしいあみもの 10:30~12:30 13:30~15:30	鈴木 琴恵	11	8	

カルチャーレッツスン

赤字→日程変更日 青字→振替日

火曜日	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	備考
【9】楊名時太極拳 10:30~12:00	和田 みなゑ		12・19・ 26		2・9・16・ 23・30	6/2→5月分振替
【9】若返り 背筋アップコース 13:00~13:50	三枝 喜代子		12・19・ 26		2・9・16・ 23	5月は3回のみ 振替はなし
【9】ハワイアンフラ 14:30~15:30	人見 典子		12・19・ 26		2・9・23	
【9】メンズヨーガ 18:00~19:30	持田 裕子	12・19		2・16		

カルチャーレッツスン

赤字→日程変更日 青字→振替日

水曜日	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	備考
【7】美しい筆ペン ペン字 13:30~15:30	石畑 名央里	6・20		3・17		
【7】戸塚刺しゅう 10:30~12:30 13:30~15:30	高田 洋子	13・27		10・24		
【9】バランスボール 体操 13:30~14:30	北澤 珠里	6・20		3・17		
【9】オリエンタル ベリーダンス 20:00~21:00	ジャミーラ		6・13・20・ 27		3・10・17・ 24	

カルチャーレッスン

赤字→日程変更日 青字→振替日

木曜日	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	備考
【9】アルジュナヨーガ 10:30~12:00	渡辺 昧比		7・14・21・ 28		4・11・18・ 25	

カルチャーレッスン

赤字→日程変更日 青字→振替日

金曜日	講師名	5月 (月2回)	(月3回)	6月 (月2回)	(月3回)	備考
【4】人形着物教室 10:30~12:30	さくらこ	8・22		12・26		
【9】免疫力 アップ&ゆるめるヨガ 10:30~11:45	ayaco	1・22・29		5・19		5/29→3月分振替
【9】キレイ&ゲンキ ゆる体操 13:15~14:30	荒木 孝二	1・15・29		5・19		5/29→3月分振替
【9】バランスボール 体操 13:30~14:30	北澤 珠里	8・22		12・26		
【9】癒しヨーガ 16:00~18:00	持田 裕子	1・15		5・19		
【9】ヨガ&ピラティス 19:30~21:00	北村美奈子	5月は休講です		12・26		

カルチャーレッスン

赤字→日程変更日 青字→振替日

土曜日	講師名	5月 (月1回)	(月3回)	6月 (月1回)	(月3回)	備考
【9】アルジュナ ヨーガ 10:30~12:00	渡辺 味比		2・9・23・ 30		6・13	5/30→6月分振替
【9】すこやかyoga 13:30~15:00	榎本 佳寿子	23		13		