

# レッスン予定

# 月曜日

Room	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	
【サロン】 綺麗Yoga 14:30~16:00	森田 絵里子		7・14・21・28		4・11・18・25	

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

# レッスン予定

# 火曜日

Room	講師名	5月 (月2回)	(月4回)	6月 (月2回)	(月4回)	
【サロン】 楊名時太極拳 10:30~12:00	和田 みなゑ		1・8・15・22・29		5・12・19・26	3月分振替 →5月は5回
【サロン】 若返り 背筋アップコース 13:00~13:50	三枝 喜代子		1・8・15・22		5・12・19・26	
【サロン】 ハワイアンフラ 14:30~15:30	人見 典子		1・8・22		5・12・26	
【サロン】 メンズヨーガ 18:30~20:00	持田 裕子	8・22		12・26		

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

# レッスン予定

# 水曜日

Room	講師名	5月 (月1回)	(月2回)	6月 (月1回)	(月2回)	
【サロン】 バランスポ ール体操 13:30~14:30	北澤 珠里		2・16		6・20	
【10】 戸塚刺しゅう 10:30~12:30	高木 陽子		9・23		13・27	
【10】 戸塚刺しゅう 13:30~15:30	高木 陽子		9・23		13・27	
【10】 岡島カラオケ教室 14:00~16:00	岡島 加代		2・16・30		6・20	5月は3回 →3月分振替

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

# レッス予定

# 木曜日

Room	講師名	5月 (月1回 )	(月3回 )	(月4回)	6月 (月1回 )	(月3回)	(月4回)	
【サロン】 アルジュナヨーガ 10:30~12:00	渡辺 味比			10・17・24・ 31			7・14・21・28	
【サロン】 ラフィーラ 12:30~13:30	内海 孝子			10・17・24・ 31			7・14・21・28	

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

# レッスン予定

# 金曜日

Room	講師名	5月 (月2回 (月3回) (月4回) )	(月3回)	(月4回)	6月 (月2回 (月3回) (月4回) )	(月3回)	(月4回)	
【サロン】 免疫力アップの健康ヨガ 10:30~11:45	kako			11・18・25 ・			1・8・15・ 22・29	5月分振替 →6月5回です
【サロン】 ゆる体操 13:15~14:30	荒木 孝二	18・			1・15			5月は1回で、 振替はなしです
【サロン】 バランスボール体操 13:30~14:30	北澤 珠里	11・25			8・22			
【サロン】 ヨガ&ピラティス 19:30~21:00	北村 美奈子		11・18・ 25			15・22・ 29		

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

# レッス予定

# 土曜日

Room	講師名	5月 (月2回)	6月 (月2回)	
【サロン】 アルジュナヨーガ 10:30~12:00	渡辺 味比	12・19・	2・9・16・30	5月分振替 →6月4回です
【サロン】 アイヨガ 13:30~14:30	榎本 佳寿子	19・26	2・16	
【サロン】パドマヨーガ 15:00~16:30	榎本 佳寿子	19・26	2・16	

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

# レッスン予定

日曜日

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

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日