

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	7月 (月2回)	(月4回)	8月 (月2回)	(月4回)	備考
【サロン】			

レッスン予定

火曜日

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

Room	講師名	7月 (月2回)	(月4回)	8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		2・9・23・30		6・20・27・	8月は3回です。
【サロン】 若返り 背筋アップコース 13:00~13:50	三枝 喜代子		2・9・23・30		6・20・27・	8月は3回です。
【サロン】 ハワイアンフラ 14:30~15:30	人見 典子		2・29・23		6・20・27	
【サロン】 メンズヨーガ 18:30~20:00	持田 裕子	9・23		6・27		

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	7月 (月1回)	(月2回)	8月 (月1回)	(月2回)	備考
【サロン】 バランスボール 体操 13:30~14:30	北澤 珠里		3・31		7・28	
【10】 戸塚刺しゅう 10:30~12:30	高木 陽子		10・24		10・24	
【10】 戸塚刺しゅう 13:30~15:30	高木 陽子		10・24		10・24	
【10】 岡島カラオケ教室 14:00~16:00	岡島 加代		3・31		21・	8月は1回のみ。 振替で10月に3回あ ります(2・16・30)

レッス予定

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

木曜日

Room	講師名	7月			8月			備考
		(月1回)	(月3回)	(月4回)	(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			4・11・18・25			1・8・22・29	
【サロン】 ラフィーラ 12:30~13:30	内海 孝子			4・11・18・25			1・8・22・29	

レッス予定

金曜日

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

Room	講師名	7月 (月2回)	(月3回)	(月4回)	8月 (月2回)	(月3回)	(月4回)	備考
【サロン】 免疫力アップ の健康ヨガ 10:30~11:45	kako			5・12・19・ 26			2・9・23・ 30	
【サロン】 ゆる体操 13:15~14:30	荒木 孝二	5・19			2・30			
【サロン】 バランスボール体操 13:30~14:30	北澤 珠里	12・26			9・23			
【サロン】 ヨガ&ピラティス 19:30~21:00	北村 美奈子		5・12・19			2・9・23		

レッスン予定

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

土曜日

Room	講師名	7月 (月2回)	8月 (月2回)	備考
【サロン】 アルジュナヨーガ 10:30~12:00	渡辺 味比	6 ・13 ・27	3 ・10 ・31	
【サロン】 アイヨガ 13:30~14:30	榎本 佳寿子	13 ・20	10 ・31	
【サロン】パドマヨーガ 15:00~16:30	榎本 佳寿子	13 ・20	10 ・31	

レッスン予定

赤字 → 日程変更日

青字 → 振替日

日曜日

Room	講師名	7月 (月2回)	(月3回)	8月 (月2回)	(月3回)	備考
【サロン】						