

# 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】			...		...	

# レッスン予定

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		12・19・26		2・9・16・23	5月は3回のみ。 振替なしです。
【サロン】若返り 背筋アップコース 13:00~13:50	三枝 喜代子		12・19・26		2・9・16・23	5月は3回のみ。 振替なしです。
【サロン】 ハワイアンフラ 14:30~15:30	人見 典子		12・19・26		2・9・23	
【サロン】 メンズヨーガ 18:30~20:00	持田 裕子	12・26		9・23		

# 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1回)	(月2回)	6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		20・		3・17	5月は1回のみ。振替で7月3回です。
【10】戸塚刺しゅう 10:30～12:30	高田 洋子		13・27		10・24	
【10】戸塚刺しゅう 13:30～15:30	高田 洋子		13・27		10・24	
【10】岡島カラオケ教室 14:00～16:00	岡島 加代		20・		3・17	5月は1回のみ。振替で7月3回あります

# 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 眞比		7・14・21・28		4・11・18・25	
【サロン】ラフィーラ 12:30~13:30	内海 孝子		7・14・21・28		4・11・18・25	

# 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】免疫力アップの健康ヨガ 10:30~11:45	kako		8・15・22・29		5・12・19・26	
【サロン】ゆる体操 13:15~14:30	荒木 孝二	15		5・19		5月1回分の振替は未定です。
【サロン】 バランスボール体操 13:30~14:30	北澤 珠里	8・22		12・26		
【サロン】 ヨガ＆ピラティス 19:30~21:00	北村 美奈子	8・15・29		5・19		5月は2/28の振替で3回あります。

# 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)		6月 (月2回)		備考
【サロン】 アルジュナヨーガ 10:30~12:00	渡辺 眞比		9・23・30		6・20・27	
【サロン】 アイヨガ 13:30~14:30	榎本 佳寿子	16・23		13・27		
【サロン】 パドマヨーガ 15:00~16:30	榎本 佳寿子	16・23		13・27		

# 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】						