

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	6月 (月2回)	(月4回)	7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	6月 (月2回)	(月4回)	7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・16・23		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		2・9・16・23		7・14・21・28	
【サロン】 ハワイアンフラ 14:30~15:30	人見 典子		休講		7・14・28	
【サロン】 メンズヨーガ 18:30~20:00	持田 裕子	9・23		14・28		

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	6月 (月1回)	(月2回)	7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・17		1・29	
【10】戸塚刺しゅう 10:30~12:30	高田 洋子		10・24		8・22	
【10】戸塚刺しゅう 13:30~15:30	高田 洋子		10・24		8・22	
【10】岡島カラオケ教室 14:00~16:00	岡島 加代		3・17		1・15	

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	6月 (月3回)	(月4回)	7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 昧比		4・11・18・25		2・9・16・23・30	7月は8月の振替で5回
【サロン】ラフィーラ 12:30~13:30	内海 孝子		4・11・18・25		2・9・16・30	

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	6月 (月2回)	(月4回)	7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		5・12・19・26		3・10・17・24・31	7月は2月の振 替で4回です
【サロン】 ゆる体操 13:15~14:30	荒木 孝二	5・19		3・17		
【サロン】 バランスボール体操 13:30~14:30	北澤 珠里	12・26		10・24・31		7/24→2/28 振替
【サロン】 ヨガ&ピラティス 19:30~21:00	北村 美奈子	5・19		10・31		

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	6月 (月2回)	(月3回)	7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		6・13・20・27		4・18・25	6月は1月の振替で4回です
【サロン】 アイヨガ 13:30~14:30	榎本 佳寿子	13・27		.		
【サロン】 パドマヨーガ 15:00~16:30	榎本 佳寿子	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	6月 (月2回)	(月3回)	7月 (月2回)	(月3回)	備考
【サロン】						