



# 6月レッスンスケジュール



レッスンは開始時間お間違えの無いようご注意ください！

月	火	水	木	金	土
1 10:00-11:00 朝ヨガ	2 11:00-12:00 ベーシックヨガ	3 10:00-11:00 Bピラティス 19:00-20:00 フローヨガ	4 	5 10:00-11:00 S&Fピラティス	6 10:00-10:50 朝ヨガ 11:00-11:50 姿勢改善
8 	9 11:00-12:00 ベーシックヨガ	10 10:00-11:00 Sピラティス	11 19:00-20:00 リラックス	12 11:00-12:00 腰痛解消	13 10:00-11:00 S&Fピラティス
15 10:00-11:00 朝ヨガ	16 11:00-12:00 ベーシックヨガ	17 10:00-11:00 姿勢改善 19:00-20:00 ダイエットヨガ	18 	19 10:00-11:00 フローヨガ	20 10:00-10:50 朝ヨガ 11:00-11:50 Bピラティス
22 	23 11:00-12:00 ベーシックヨガ	24 10:00-11:00 S&Fピラティス	25 10:00-11:00 バレエEX 19:00-20:00 リラックス	26 11:00-12:00 肩こり解消	27 10:00-11:00 ダイエットヨガ 

29月, 30火は第5週お休みです。

- ・公式 LINE(会員専用)は月～土 9時～20時 (※時間外、休館日は返信不可です)
- ・ご予約時はコースの回数何回目か教えてください。ホットペッパーはご記入をお願いします。
- ・当日キャンセル、無断キャンセルはご遠慮ください。
- ・スタジオの入室はレッスンは開始 15分前から可能です。インストラクター不在の入室は不可です。

