

2023年10月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1 9:00-10:30 レベル1 (ミズキ)	2 お休み	3 お休み	4 10:00-11:15 ビギナー (ミズキ) ※体験可 19:00-20:30 レベル2 (エレーナ)	5 お休み	6 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ)	7 【オンライン】 9:00-10:30 レベル3(エレーナ) 11:30-12:45 ビギナー (エレーナ) ※体験可
8 9:00-10:30 レベル1 (ミズキ)	9 お休み	10 10:00-11:30 レベル1 (ミズキ) 【オンライン】 16:00-17:30 レベル2(エレーナ) 19:00-20:15 ビギナー ※体験可	11 10:00-11:15 ビギナー (ミズキ) ※体験可 19:00-20:30 レベル2 (エレーナ)	12 お休み	13 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ)	14 【オンライン】 9:00-10:30 レベル3(エレーナ) 11:30-12:45 ビギナー (エレーナ) ※体験可
15 9:00-10:30 レベル1 (ミズキ)	16 お休み	17 10:00-11:30 レベル1 (エレーナ) 【オンライン】 16:00-17:30 レベル2(エレーナ) 19:00-20:15 ビギナー ※体験可	18 10:00-11:15 ビギナー (ミズキ) ※体験可 19:00-20:30 レベル2 (エレーナ)	19 お休み	20 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ)	21 11:30-12:45 ビギナー (ミズキ) ※体験可
22 9:00-10:30 レベル1 (ミズキ)	23 お休み	24 10:00-11:30 レベル1 (ミズキ) 【オンライン】 16:00-17:30 レベル2(エレーナ) 19:00-20:15 ビギナー ※体験可	25 10:00-11:15 ビギナー (ミズキ) ※体験可 19:00-20:30 レベル2 (エレーナ)	26 お休み	27 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ)	28 【オンライン】 9:00-10:30 レベル3(エレーナ) 11:30-12:45 ビギナー (エレーナ) ※体験可
29 お休み	30 お休み	31 10:00-11:30 レベル1 (エレーナ) 【オンライン】 16:00-17:30 レベル2(エレーナ) 19:00-20:15 ビギナー ※体験可				

クラスの体験は、「ビギナー」でのみ受け付けております。前日までに予約が必要です。

クラスはすべて予約制となります。

突然の代講・休講・スケジュールの変更については、ホームページトップのNewsに掲載しますのでご確認ください。