

2023年12月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
					1 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ)	2 【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
3 10:00-11:30 レベル1 (ミズキ)	4 お休み	5 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	6 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)	7 お休み	8 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ)	9 【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
10 10:00-11:30 レベル1 (ミズキ)	11 お休み	12 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	13 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)	14 お休み	15 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ)	16 【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
17 10:00-11:30 レベル1 (ミズキ)	18 お休み	19 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	20 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)	21 お休み	22 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ)	23 【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
24 10:00-11:30 レベル1 (ミズキ)	25 お休み	26 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	27 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)	28 10:00~12:00 スタジオ大掃除	29 お休み	30 お休み
31 お休み						

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。