

2024年11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) ※体験可	2 【オンライン】 9:00-10:30 レベル3(エレナ) 11:30-12:45 ビギナー (ミズキ) ※体験可
3 9:00-10:30 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 (ミズキ)	7 お休み	8 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ) ※体験可	9 【オンライン】 9:00-10:30 レベル3(エレナ) 11:30-12:45 ビギナー (ミズキ) ※体験可
10 9:00-10:30 レベル1 (ミズキ)	11 お休み	12 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 (ミズキ)	14 お休み	15 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ) ※体験可	16 10:00-11:15 ビギナー (ミズキ) ※体験可 【オンライン】 レベル3(エレナ)
17 9:00-10:30 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】 レベル2(エレナ) 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 (ミズキ)	21 お休み	22 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ) ※体験可	23 10:00-11:15 ビギナー (ミズキ) ※体験可
24 9:00-10:30 レベル1 (ミズキ)	25 お休み	26 10:00-11:30 レベル1 (ミズキ) 【オンライン】 レベル2(エレナ) 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 (ミズキ)	28 お休み	29 10:00-11:30 やさしいヨガ (ミズキ) ※体験可	30 10:00-11:15 ビギナー (ミズキ) ※体験可

クラスの体験は、「ビギナー」と「やさしいヨガ」で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。

エレナ先生の出産に伴い、レッスンを臨時休講させていただく可能性があります。予めご了承ください。