

2025年1月スケジュール

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

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。

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。