

2月 浜田山店レッスンスケジュール

2020

2020年1月26日現在

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|----|-----------------------------------|-----------------------------------|----|
| | | | | | | 1 |
| ♡ はじめてヨガ(諸星) 13:00~14:00 2 | ♡ はじめてヨガ(添田) 10:30~11:30 3 | 4 | 5 | ♡ 骨盤調整体操(大友) 15:00~15:30 6 | ♡ はじめてヨガ(諸星) 14:30~15:30 7 | 8 |
| ♡ はじめてヨガ(諸星) 13:00~14:00 9 | 10 休館日 | 11 | 12 | ♡ 骨盤調整体操(大友) 15:00~15:30 13 | ♡ はじめてヨガ(諸星) 14:30~15:30 14 | 15 |
| ♡ はじめてヨガ(諸星) 13:00~14:00 16 | ♡ はじめてヨガ(添田) 10:30~11:30 17 | 18 ♡ ピラティス(細井) 16:30~17:00 | 19 | 20 休館日 | ♡ はじめてヨガ(諸星) 14:30~15:30 21 | 22 |
| 23 | ♡ はじめてヨガ(添田) 10:30~11:30 24 | ♡ ヨガ(HITOMI) 16:00~17:00 25 | 26 | ♡ 骨盤調整体操(大友) 15:00~15:30 27 | ♡ はじめてヨガ(諸星) 14:30~15:30 28 | 29 |

♡…「美肌促進プログラム」 ☆…マインドフルネスプログラム ○…ヒーリングプログラム

ヨガクラスは、レッスン開始15分前から整理券を配布いたします。(定員8名)

※レッスンに関しては、当日に内容・担当者が変更、中止になる場合がございます。予めご了承ください。

浜田山店 TEL03-5929-9877