

2021年11月 クラススケジュール

日	月	火	水	木	金	土		
31	1	2	3 文化の日	4	5	6		
		13:00~14:00 ひさこ・ひとみ：シニアヨガ					13:00~14:00 エリ：サニサイド	13:00~14:00 hiromi：ジエントル
		19:30~20:30 平良梢：ストレッチヨガ						
		21:00~22:00 Jyuri：リラックスフロ-					21:00~22:00 maiko：Relux night	20:00~21:00 Jyuri：ボディメイク
7	8	9	10	11	12	13		
		13:00~14:00 小池陽人：御法話	10:00~16:00 指導者養成 ヨガ	13:00~14:00 エリ：サニサイド	13:00~14:00 hiromi：ジエントル	13:00~15:00 体験説明会 シニアヨガ		
		19:30~20:30 平良梢：ストレッチヨガ	15:15~17:00 体験説明会 ヨガ					
		21:00~22:00 Jyuri：リラックスフロ-	19:30~20:45 レイ先生：正会員様	20:00~21:00 Jyuri：ボディメイク	21:00~22:00 CHIE:プリンセス	20:00~21:00 yuuki：English		
14	15	16	17	18	19	20		
		13:00~14:00 ひさこ・ひとみ：シニアヨガ		13:00~14:00 エリ：サニサイド	13:00~14:00 hiromi：ジエントル			
		19:30~20:30 平良梢：ストレッチヨガ						
		21:00~22:00 Jyuri：リラックスフロ-	21:00~22:00 maiko：Relux night	20:00~21:00 Jyuri：ボディメイク	21:00~22:00 CHIE:プリンセス	20:00~21:00 yuuki：English		
21	22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27		
		11:00~17:00 指導者養成講座 メディカルピラティス	10:00~16:00 指導者養成講座 メディカルヨガ	13:00~14:00 エリ：サニサイド	13:00~14:00 hiromi：ジエントル			
		16:15~18:00 体験説明会 ピラ	15:15~17:00 体験説明会 ヨガ					
			21:00~22:00 Jyuri：リラックスフロ-	20:00~21:00 Jyuri：ボディメイク	21:00~22:00 CHIE:プリンセス	20:00~21:00 yuuki：English		
28	29	30	1	2	3	4		
		13:00~14:00 ひさこ・ひとみ：シニアヨガ						
		19:30~20:30 平良梢：ストレッチヨガ						
		21:00~22:00 Jyuri：リラックスフロ-						

※スケジュールやクラスは変更・休止になる場合がございます。

【クラスレベル】初級：青 初～中級：緑 中級：オレンジ 御法話：ピンク