

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		13:00~14:00 エリー:サニーサイド	13:00~14:00 hiromi:ジェントル			
		19:30~20:30 平良梢:ストレッチヨガ						
		21:00~22:00 Jyuri:リラクセス		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
7	8	9	10	11	12	13		
							10:00~16:00 指導者養成 ヨガ	
		13:00~14:00 小池陽人:御法話	13:00~14:00 ひさこ・ひとみ:シニア	15:15~17:00 体験説明会 ヨガ	13:00~14:00 エリー:サニーサイド		13:00~14:00 hiromi:ジェントル	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	19:30~20:45 レイ先生:正会員様				
		21:00~22:00 Jyuri:リラクセスフロー	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		
14	15	16	17	18	19	20		
		13:00~14:00 ひさこ・ひとみ:シニア					13:00~14:00 エリー:サニーサイド	13:00~14:00 hiromi:ジェントル
		19:30~20:30 平良梢:ストレッチヨガ						
		21:00~22:00 Jyuri:リラクセスフロー					21:00~22:00 maiko:Relux night	20:00~21:00 Jyuri:ボディメイク
21	22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27		
							10:00~16:00 指導者養成講座 メディカルヨガ	
		11:00~17:00 指導者養成講座 メディカルピラティス	13:00~14:00 ひさこ・ひとみ:シニア	13:00~14:00 エリー:サニーサイド	13:00~14:00 hiromi:ジェントル			
		16:15~18:00 体験説明会 ビラ	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:リラクセスフロー	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		
28	29	30						
		13:00~18:00 指導者勉強会	13:00~14:00 ひさこ・ひとみ:シニア					
			19:30~20:30 平良梢:ストレッチヨガ					
			21:00~22:00 Jyuri:リラクセスフロー					

※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