

2022年1月 クラススケジュール

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
年末年始休業 (12/26 ~ 1/4)			⑤ 営業開始日			12:00~18:00 指導者養成講座 メディカルヨガ①
			21:00~22:00 maiko: Relux night	20:00~21:00 Jyuri: ボディメイク	13:00~14:00 hiromi: ジェントル	17:15~19:00 体験説明会 ヨガ 20:00~21:00 yuuki: English
9	10	11	12	13	14	15
		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: リラックス	19:30~20:45 レイ先生: 正会員様 21:00~22:00 maiko: Relux night	20:00~21:00 Jyuri: ボディメイク	13:00~14:00 hiromi: ジェントル	
11:00~17:00 指導者養成講座 メディカルピラティス①	13:00~14:00 小池陽人: 御法話	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: リラックス	10:00~16:00 指導者養成講座 メディカルヨガ①	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
16:15~18:00 体験説明会 ピラ		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: リラックス	15:15~17:00 体験説明会 ヨガ 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	12:00~17:00 指導者養成講座 メディカルシニア① 13:00~15:00 体験説明会 シニア 20:00~21:00 yuuki: English
23	24	25	26	27	28	29
		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: リラックス	21:00~22:00 maiko: Relux night	20:00~21:00 Jyuri: ボディメイク	13:00~14:00 hiromi: ジェントル	20:00~21:00 yuuki: English
11:00~17:00 指導者養成講座 メディカルピラティス②	31					
16:15~18:00 体験説明会 ピラ						

※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