

# 2022年1月 クラススケジュール

日	月	火	水	木	金	土
2  年末年始休業 (12/26 ~ 1/4)	3	4	5 営業開始日	6	7	8 12:00~18:00 指導者養成講座 ヨガ① 17:15~19:00 体験説明会 ヨガ
			19:00~20:00 ひとみ・ひさこ: シニアヨガ	19:00~20:00 まどか・はるか: ピラティス		
			20:15~21:15 maiko: Relux night	20:15~21:15 Jyuri: ボディメイク	20:15~21:15 CHIE:プリンセス	19:00~20:00 yuuki: English
9	10 成人の日	11	12	13	14	15
14:00~17:00 沖縄虎の穴インストラ研修会	19:30~20:45 レイ先生: 正会員様	19:00~20:00 平良梢: ストレッチヨガ	19:00~20:00 ひとみ・ひさこ: シニアヨガ	19:00~20:00 まどか・はるか: ピラティス		
		20:15~21:15 Jyuri: リラックス	20:15~21:15 maiko: Relux night	20:15~21:15 Jyuri: ボディメイク	20:15~21:15 CHIE:プリンセス	19:00~20:00 yuuki: English
16 11:00~17:00 指導者養成講座 ピラ① 16:15~18:00 体験説明会 ピラ	17	18	19 10:00~16:00 指導者養成講座 ヨガ① 15:15~17:00 体験説明会 ヨガ	20	21	22 12:00~17:00 指導者養成講座 シニア① 16:15~18:00 体験説明会 ヨガ
		19:00~20:00 平良梢: ストレッチヨガ	19:00~20:00 ひとみ・ひさこ: シニアヨガ	19:00~20:00 まどか・はるか: ピラティス		
		20:15~21:15 Jyuri: リラックス	20:15~21:15 maiko: Relux night	20:15~21:15 Jyuri: ボディメイク	20:15~21:15 CHIE:プリンセス	19:00~20:00 yuuki: English
23	24	25	26	27	28	29
		19:00~20:00 平良梢: ストレッチヨガ	19:00~20:00 ひとみ・ひさこ: シニアヨガ	19:00~20:00 まどか・はるか: ピラティス		
		20:15~21:15 Jyuri: リラックス	20:15~21:15 maiko: Relux night	20:15~21:15 Jyuri: ボディメイク	20:15~21:15 CHIE:プリンセス	19:00~20:00 yuuki: English
30 11:00~17:00 指導者養成講座 ピラ② 16:15~18:00 体験説明会 ピラ	31					

※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