

スタジオ笑美 -わらび- 2021年7月予定表

月	火	水	木	金	土	日
		朝ヨガ 6:15~6:45			朝ヨガ 6:15~6:45	
					モーニングヨガ 7:30~8:30	
リセット 9:30~10:30			メディテーション 講座 中級編 9:30~10:30		みんなでヨガ 9:30~10:30	
エレガント 10:45~11:45		ゆったりヨガ& メディテーション 10:30~11:30	メディテーション 講座 基礎編 10:45~11:45	骨盤底筋ヨガ 11:00~11:50	お友達やご家族と 気軽にヨガ♪	
	村島 洋子 インストラクター		申込み・お問合せ 平山泉インストラクター 090-4196-5062 まで♪			
		リセット 18:15~19:15		フローヨガ 18:15~19:15	おしらせ SUPヨガ はじまります! 期間: 7~8月 随時受付中	
夜ヨガ	エレガント 19:30~20:30	夜ヨガ	リラックス 19:30~20:30			

◆ 7月22日~25日のレッスンはお休みとさせていただきます。

お問合せは 090-9623-4549 (大川) まで

- ◆ レッスンはずべて事前予約です。(前日の正午までにお願ひします)
- ◆ 新型コロナウイルス感染症の拡大状況に応じて、スケジュールを変更する可能性があります。ホームページにてお知らせしますので、ご確認ください。