

≪ 2024年8月 zoomレッスン・スタジオレッスン スケジュール ≫

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
				10:00～11:00 氣功的ヨーガ 代講:森本		10:00～11:00 氣功ストレッチ 岸裏
					20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
4	5	6	7	8	9	10
10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏	四ッ谷スタジオ 10:20～11:40 氣功&ピラティス 内山		10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏	10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏		10:00～11:00 氣功ストレッチ 岸裏
	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 宇賀神				20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
11	12	13	14	15	16	17
10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏		10:00～11:00 氣功 シンプルレッスン 岸裏	10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏	氣功的ヨーガ は休講です		10:00～11:00 氣功ストレッチ 岸裏
スキルアップ 講座・講師 会・気功は休 講です	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 宇賀神				お休み前のスト レッチヨガは休 講です	
18	19	20	21	22	23	24
10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏	四ッ谷スタジオ 10:20～11:40 氣功&ピラティス 内山		10:00～11:00 氣功的ヨーガ 代講:松田	10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏		高田馬場スタジオ 10:00～11:15 氣功ストレッチ 11:30～12:15 健康太極拳 二十四式 岸裏
	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 宇賀神				20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	新橋すむぞうスタジオ 15:30～17:45 氣功 岸裏
25	26	27	28	29	30	31
10:00～11:00 氣功的ヨーガ 代講:森本		10:00～11:00 氣功 シンプルレッスン 岸裏	10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏	氣功的ヨーガ は休講です		氣功ストレッチ は休講です
	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 宇賀神				20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	

○受講したいレッスン数に応じて回数券をお買い求めください。

○受講の際は、メールまたはラインでご予約ください。

○スタジオレッスンは別料金となっております。お申込みの上、当日現金でお支払ください。

○色の付いていないクラスは一般の会員さんは受講できません。

○赤字は、通常と異なる時間や担当となります。