« 2025年2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
26	27	28	29	30	31	1
						10:00~11:00
						氣功ストレッチ
						代講:森本
2	3	4	5	6	7	8
10:00~11:00	四ッ谷スタジオ		10:00~11:00	気功的ヨーガ	10:00~11:00	10:00~11:00
氣功的ヨーガ	10:20~11:40		気功的ヨーガ	は休講です	基本の	気功ストレッチ
岸裏	気功&ピラティス 内山		岸裏		らくらくヨーガ 中井	岸裏
	P 1 [22]				1 71	
	20:00~21:00				お休み前のス	
	お休み前の ストレッチヨガ				トレッチョガは	
	宇賀神				休講です	
9	10	11	12	13	14	15
10:00~11:00			10:00~11:00	10:00~11:00		10:00~11:00
気功的ヨーガ 岩 恵			氣功的ヨーガ (4)講は外田	気功的ヨーガ		気功ストレッチ 当 恵
岸裏			代講:松田	代講:森本		岸裏
	20:00~21:00				20:00~21:00	1
	お休み前の				お休み前の	
	ストレッチヨガ 宇賀神				ストレッチヨガ 岸裏	
16	17	18	19	20	21	22
10:00~11:00	四ッ谷スタジオ		10:00~11:00	気功的ヨーガ		高田馬場スタジオ
氣功的ヨーガ	10:20~11:40		氣功的ヨーガ	は休講です		10:00~11:15
岸裏	気功&ピラティス		岸裏	15 11 410 5 7		氣功ストレッチ
	内山					11:30~12:15 健康太極拳
						二十四式
						岸裏
	00.00 04.00				00.00 64.00	新橋すむぞうスタジオ
	20:00~21:00 お休み前の				20:00~21:00 お休み前の	15:30~17:45 氣功
	ストレッチョガ				ストレッチョガ	岸裏
	宇賀神				岸裏	
23	24	25	26	27	28	1
10:00~11:00 与对约3—书		10:00~11:00 与 Th	10:00~11:00	10:00~11:00		
氣功的ヨーガ 代講:森本		氣功 シンプルレッスン	氣功的ヨーガ 岸裏	気功的ヨーガ 岸裏		
I VHT3 · ላጥ/T*	1	岸裏	开 — — —	一一大		
	20.0001.00				20.0001.00	
	20:00~21:00 お休み前の				20:00~21:00 お休み前の	
	ストレッチョガ				ストレッチョガ	
	宇賀神				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。

