

《 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 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	氣功的ヨーガ は休講です	10:00～11:00 基本の らくらくヨーガ 中井	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				お休み前のス トレッチヨガは 休講です	
9	10	11	12	13	14	15
10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏			10:00～11:00 氣功的ヨーガ 代講:松田	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 宇賀神				20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
16	17	18	19	20	21	22
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	氣功的ヨーガ は休講です		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
23	24	25	26	27	28	1
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	10:00～11:00 氣功的ヨーガ 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	

- 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。