

## ≪ 2021年9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
29	30	31	1	2	3	4
			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 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
5	6	7	8	9	10	11
10:00～11:00★ 氣功的ヨーガ 岸裏	10:00～11:00 ヨガ&ピラティス 内山	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 氣功ストレッチ 岸裏
NEW! 16:00～17:00 口腔内ケアレッスン 岸裏	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ			20:00～21:00 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
12	13	14	15	16	17	18
10:00～11:00★ 氣功的ヨーガ 岸裏	<b>スタジオレッスン</b> 10:30～11:40 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 氣功ストレッチ 岸裏
15:30～16:30 講師スキルアップ講座 岸裏	16:00～17:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏		13:00～14:00 講師スキルアップ講座 岸裏	20:00～21:00 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	
16:30～17:00 講師会			14:00～14:30 講師会			
19	20	21	22	23	24	25
10:00～11:00★ 氣功的ヨーガ 岸裏	10:00～11:00 ヨガ&ピラティス 内山	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 氣功ストレッチ 岸裏
NEW! 16:00～17:00 口腔内ケアレッスン 岸裏	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 森本			20:00～21:00 ピラティス・ ボディメンテナンス 内山	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 岸裏	<b>スタジオレッスン</b> 10:00～11:10 氣功ストレッチ 岸裏
						11:25～12:10 健康太極拳 二十四式
26	27	28	29	30	1	2
	<b>スタジオレッスン</b> 10:30～11:40 氣功&ピラティス 内山	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			
16:00～17:00 氣功的ヨーガ 岸裏	20:00～21:00 お休み前の ストレッチヨガ 森本			<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。</li> <li>●受講する際は、メールまたはラインでご予約ください。</li> <li>●スタジオレッスンは別料金となっております。別途お申込みの上、当日現金でお支払ください。</li> <li>●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。</li> <li>★赤字は、通常と異なる時間、担当となります。</li> </ul>		