

≪ 2024年5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	1	2	3	4
			10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏	10:00～11:00 氣功的ヨーガ 代講:森本	お休み前のストレッチヨガは休講です	10:00～11:00 氣功ストレッチ 岸裏
5	6	7	8	9		10
氣功的ヨーガは休講、6日に振り替えます。	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 氣功的ヨーガ 岸裏		10:00～11:00 氣功ストレッチ 代講:森本
	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	
12	13	14	15	16	17	18
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 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
15:30～16:30 講師スキルアップ講座 岸裏						
16:30～17:00 講師会	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	
17:00～18:30 氣功 岸裏						
19	20	21	22	23	24	25
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 氣功的ヨーガ 岸裏		高田馬場スタジオ 9:30～10:45 氣功ストレッチ 11:00～11:45 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	<small>新橋すむぞうスタジオ</small> 15:30～18:00 氣功 岸裏
26	27	28	29	30	31	1
10:00～11:00 氣功的ヨーガ 代講:森本	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 シンプルレッスン 岸裏	10:00～11:00 氣功的ヨーガ 代講:松田			
	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	

- 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。