

« 2025年3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
23	24	25	26	27	28	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			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 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	
9	10	11	12	13	14	15
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 代講: 松田	10:00～11:00 氣功的ヨーガ 岸裏		高田馬場2号店 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
15:15～16:30 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 代講: 中井	
17:15～18:30 氣功 岸裏						
16	17	18	19	20	21	22
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 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	
23	24	25	26	27	28	29
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 代講: 森本	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	
30	31	1	2	3	4	5
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					

- 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。