

# 2017年 10月のレッスン・スケジュール表

2017/08/23現在

ご予約は前日までに

予告なしにスケジュールが変わる場合があります。  
予めご了承ください。

| 日  | 月                          | 火                          | 水   | 木                        | 金  | 土                                |
|----|----------------------------|----------------------------|---|--------------------------|--|----------------------------------|
| 1  | 2                          | 3                          | 4   | 5                        | 6  | 7                                |
|    | .....                      | ■13:00<br>リフレッシュヨガ<br>佐野   | ●11:00<br>ボディメイク<br>Yoga<br>尾上                                    | ■13:00<br>リフレッシュヨガ<br>佐野 | ■11:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本<br>■20:00<br>ボディメイクYoga<br>尾上 | ■21:00<br>yoga<br>リラクゼーション<br>入山 |
|    | ■20:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本 | ■19:30<br>ボディメイクYoga<br>尾上 |   |                          |  |                                  |
| 8  | 9                          | 10                         | 11  | 12                       | 13   | 14                               |
|    | .....                      | ■13:00<br>リフレッシュヨガ<br>佐野   | ●11:00<br>ボディメイク<br>Yoga<br>尾上                                    | ■13:00<br>リフレッシュヨガ<br>佐野 | ■11:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本<br>■20:00<br>ボディメイクYoga<br>尾上 | ■21:00<br>yoga<br>リラクゼーション<br>入山 |
|    | ■13:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本 | ■19:30<br>ボディメイクYoga<br>尾上 |   |                          |  |                                  |
| 15 | 16                         | 17                         | 18  | 19                       | 20   | 21                               |
|    | .....                      | ■13:00<br>リフレッシュヨガ<br>佐野   | ●11:00<br>ボディメイク<br>Yoga<br>尾上                                    | ■13:00<br>リフレッシュヨガ<br>佐野 | ■11:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本<br>■20:00<br>ボディメイクYoga<br>尾上 | ■21:00<br>yoga<br>リラクゼーション<br>尾上 |
|    | ■20:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本 | ■19:30<br>ボディメイクYoga<br>尾上 |   |                          |  |                                  |
| 22 | 23                         | 24                         | 25  | 26                       | 27   | 28                               |
|    | .....                      | 休講                         | ●11:00<br>ボディメイク<br>Yoga<br>尾上                                    | ■13:00<br>リフレッシュヨガ<br>佐野 | ■11:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本<br>■20:00<br>ボディメイクYoga<br>尾上 | ■21:00<br>yoga<br>リラクゼーション<br>入山 |
|    | ■20:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本 | ■19:30<br>ボディメイクYoga<br>尾上 |   |                          |  |                                  |
| 29 | 30                         | 31                         | 健康パーク「記念祭」特別企画<br>期間:10/1~10/10<br>記念祭特別レッスン料<br>通常 3,000円⇒2,000円 |                          |  |                                  |
|    | ■20:00<br>リラクゼーションヨガ<br>山本 | 休館日                        |   |                          |  |                                  |