

2021年 8月～

スケジュールは状況を見て随時変更していきます。

受講の際には、お電話にてご確認・ご予約の上、お越してください。

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--------|------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|---|
| 朝 | 3 F | 10:00-11:30 1h30 江口 | 10:00-11:30 1h30 猪狩 | 10:30-12:00 1h30 須合 | 10:00-11:30 1h30 太田 | 10:00-11:30 1h30 江口 | 10:00-11:30 1h30 源 |
| | 8 F | 10:30-12:00 1h30 須合 | 10:30-11:30 1h 朝比奈 | 10:00-11:15 1h15 メディカル/工藤 | 10:30-12:00 1h30※定員6名 とらの穴/須合 | 10:30-11:30 1h 源 | 9:00-10:30 1h30 11:15-12:15 1h アクティブ/江口 |
| 昼 | 3 F | 13:00-14:30 1h30 朝比奈 | 13:00-14:30 1h30 猪狩 | 13:30-14:30 1h アロマ/猪狩 | 13:00-14:30 1h30 猪狩 | 13:00-14:30 1h30 猪狩 | 13:00-14:00 1h 田中・朝比奈 |
| | 8 F | 13:30-14:30 1h 田中 | 13:30-14:30 1h 田中 | 13:00-14:30 1h30 須合 | 13:30-14:30 1h 太田 | | ＝不定期開催＝ 13:00-14:00 オンラインヨガ |
| 夕 | 3 F | | 16:00-17:00 1h 源 | | 16:00-17:00 1h リラックス/江口 | | 夜間受付 月曜・水曜 17:00まで 火曜・木曜・金曜 18:00まで 【注 意】 夜間レッスン中の対応は できませんのでご注意ください。 |
| | 8 F | | 15:30-16:30 オンラインヨガ | | | | |
| 夜 | 3 F | 19:00-20:00 オンラインヨガ 江口 | 18:30-20:00 1h30 江口 | ＝月2回開催＝ 19:00-20:00 オンラインヨガ | 18:30-20:00 1h30 須合 | 18:45-20:00 1h30 須合 ※9/11まで | |
| | 8 F | | 18:45-20:00 1h30 太田 ※9/11まで | | 19:00-20:00 1h30 源 ※9/11まで | | |