

# 12.1月ヨガレッスン・講座スケジュール

## 12月

日	月	火	水	木	金	土
31					1 10:00~ 13:30~	2 13:30~
3	4 10:00~ 13:30~	5	6	7	8 10:00~ 13:30~	9
10	11	12	13	14	15 10:00~ 13:30~	16 13:30~
17	18 10:00~ 13:30~	19	20 アロマ講座 初級13:30~	21	22 10:00~ 13:30~	23
24	25	26	27	28 年末レッスン パワー14:00~	29 年末レッスン 癒し10:00~	30

## 1月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 ウォーク&ヨガ	4	5 10:00~ 13:30~	6 13:30~
7	8 ※祝日	9	10	11	12 10:00~ 13:30~	13
14	15 10:00~ 13:30~	16	17 アロマ講座 初級13:30~	18	19 10:00~ 13:30~	20 13:30~
21	22 アロマ講座 応用10:30~	23	24	25	26 10:00~ 13:30~	27
28	29 10:00~ 13:30~	30	31			

### ☆グループレッスン 定員5名 初回体験3,000円

- ・平日レッスン「ゆったり癒しのアロマヨガ 80分」
- ・土曜レッスン「ヨガ&瞑想 80分」

※レッスンのキャンセルは、わかり次第必ずメールにてお伝えください  
 レッスンのご予約、お振り替えは前月10日10時より承ります

### ☆パーソナルレッスンは、月～土曜日ご予約を承っています



お問い合わせ・ご予約

電話 070-5586-4113

メール shantibija@gmail.com

パーソナルヨガ 立川

詳細は、ブログ&ホームページへ

※携帯メールから送信の方は、必ずこちらのメールを受信できるように「受信設定」をしてください