

11.12月 グループヨガレッスン スケジュール

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 10:00~ 13:30~	3 昭和記念公園 パークヨガ	4 9:20~	5	6 10:00~ アロマ資格講座	7 13:30~
8	9	10	11 9:20~ 13:30~	12	13 10:00~ 13:30~	14
15	16 10:00~ 13:30~	17	18 9:20~	19	20 10:00~ アロマ資格講座	21 13:30~
22	23	24	25 9:20~ 13:30~	26	27 10:00~ 13:30~	28
29	30					

水曜朝 新設！

12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 9:20~	3	4 10:00~	5 13:30~
6	7 10:00~ 13:30~	8	9 9:20~ 13:30~	10	11 10:00~ 13:30~	12
13	14 108回 太陽礼拝	15	16 9:20~	17	18 10:00~	19 13:30~
20	21 10:00~ 13:30~	22	23 9:20~ 13:30~	24	25 10:00~ 13:30~	26
27	28 108回 ヨガポーズ	29	30	31		

●レッスンご予約キャンセルについて

会員制・完全予約制のスタジオにて、他の方の参加をお断りしてご予約枠を確保しております

レッスンのお休みは、「必ずメールにて」「わかり次第」お伝えください

※メール、お電話のお返事は、営業時間内にいたします

休会(1か月間のみ可能)、退会については、前月の20日までにお伝えください

(規約により20日以降のお申し出については、翌月の通常の月会費をお支払いいただきます)

●グループレッスン 定員4名

「ゆったり癒しのアロマヨガ80分」健康寿命サポートヨガ

※水曜日レッスンは、「ほぐす、伸ばすメイン」のやさしいクラスです

※グループレッスンのご予約、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

・パーソナルレッスンは、主に、火・金・土に実施しています



お問い合わせ (講師の一戸弘美へ 直通)

電話 070-5586-4113

メール shantibija@gmail.com

パーソナルヨガ 立川

検索

詳細は、ブログ&ホームページへ

営業時間 9時～18時 (休館日/日・木曜日)

※メール、お電話のお返事は、営業時間内にいたします