

9月(水)の週替わりレッスン

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
9/2	水	19:00～20:00	鷺谷直子	ビューティーヨガ	★
		20:30～21:30		ベーシックヨガ	★★
9/9	水	19:00～20:00	Yumi	ビューティーヨガ	★
		20:30～21:30		ベーシックヨガ	★★
9/16	水	19:00～20:00	鷺谷直子	ビューティーヨガ	★
		20:30～21:30		ベーシックヨガ	★★
9/30	水	19:00～20:00	小林	ビューティーヨガ	★
		20:30～21:30		コアトレヨガ	★★

9月(日)の週替わりレッスン

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度
9/6	日	9:00～10:00	瑞雪	ベーシックヨガ	★★
9/13	日	9:00～10:00	瑞雪	ベーシックヨガ	★★
9/20	日	9:00～10:00	瑞雪	ベーシックヨガ	★★
9/27	日	9:00～10:00	瑞雪	ベーシックヨガ	★★