



2022.2 Lesson Schedule



2月11日 金曜日	
10:00	Door Open
:30	
11:00	10:30~11:30 PILATES 肩こり腰すっきり RIN(★★)
:30	
12:00	12:00~13:00 YOGA ベーシック MAYU(★)
:30	
13:00	
:30	13:30~14:30 YOGA 体温アップ MIKO(★★)
14:00	
:30	
15:00	15:00~16:00 YOGA リンパ AYUMI(★)
:30	
16:00	
:30	16:30~17:30 YOGA アロマ MANA(★)
17:00	
:30	
18:00	Door close

2月23日 水曜日	
10:00	Door Open
:30	
11:00	10:30~11:30 YOGA アロマ MANA(★)
:30	
12:00	12:00~13:00 PILATES ベーシック HIROKO(★★)
:30	
13:00	
:30	13:30~14:30 YOGA リフレッシュ MAYU(★★)
14:00	
:30	
15:00	15:00~16:00 YOGA ベーシック MAKI(★)
:30	
16:00	
:30	16:30~17:30 バンドサーキット MOMI(★★★)
17:00	
:30	
18:00	Door close

＜新型コロナウイルス感染予防対策＞

皆さまに安全にレッスンをご受講いただく為、ご理解ご協力の程
よろしくお願いいたします。

マスク着用

定員数18名

アルコール消毒
手洗いの徹底

換気の実施