9/21(月)～9/27(日)Styleスタジオスケジュール

	21日(月)	21日(月)	22日(火)	22日(火)	23日(水)	23日(水)	25日(金)	25日(金)	26日(土)	26日(土)	27日(日)	27日(日)
10:00	休館日		休館日			オンライン		オンライン		オンライン		オンライン
					かんたんジャズダンス 田中樹里	瞑想＆朝ヨガ aya	リズムストレッチ 柳戸陽子	瞑想＆朝ヨガ aya			リズムストレッチ 柳戸陽子	リズムストレッチ 柳戸陽子
11:00					10:15-11:00		10:15～11:00				10:15～11:00	10:15～11:00
								10:00-11:00				
					フラダンス Hideko Anuhea Sano	10:30-11:30	ﾃﾆｽﾎﾞｰﾙほぐれっち 柳戸　陽子	ピラティス aya			ﾃﾆｽﾎﾞｰﾙほぐれっち 柳戸　陽子	
12:00					11:15-12:00	ピラティス aya	11:15～12:00		ヒーリングヨガ 関口久美子	ヒーリングヨガ 関口久美子	11:15～12:00	
							ゆったりフローヨガ natsumi	11:30-12:30				
13:00					フラダンス Hideko Anuhea Sano	12:00-13:00	12:15-13:00		12:00-12:45	12:00-12:45	プロジェクターレッスン	
					12:15-13:00		パンチ30 青木　和也	パンチ30 青木　和也	ヨガ 関口久美子	ヨガ 関口久美子	マットピラティス 笹川裕美子 NEW!!	
14:00									13:00-13:45	13:00-13:45	13:00-14:00	
					プロジェクターレッスン		13:30-14:00	13:30-14:00	プロジェクターレッスン		プロジェクターレッスン	
15:00					リフレッシュ ヨガ 嶌川奈津子	リフレッシュ ヨガ 嶌川奈津子	ローラーピラティス 笹川　裕美子	はじめての 太陽礼拝 嶌川奈津子	ウエストシェイプ 青木　和也		ウエストシェイプ 青木　和也	
							14:15-15:00		14:00-14:30		14:30-15:00	
					14:00-15:00	14:00-15:00						
16:00								15:00-16:00				
17:00									プロジェクターレッスン リラックスヨガ 嶌川　奈津子	リラックスヨガ 嶌川奈津子		
									16:30-17:30	16:30-17:30		
18:00												
19:00					ベリーダンス ゆきえミスリーヤ							
20:00					19:00-19:45							
21:00												
22:00												

※プロジェクターレッスンのご案内

スタジオにてプロジェクターを使用し、オンラインレッスンを生配信いたします。

通常のスタジオ通り、定員5名といたします。

ご予約も通常通り、前日よりTELにて受付いたします。

オンライン以外のプログラムの定員は5名とさせていただきます。

スタジオレッスンですが、今週は事前予約制といたします。各プログラム開始日前日よりTELにて受付いたします。

予約受付時間　10:00-20:00

ご不明点等ございましたら、お問い合わせください。　TEL 042-983-9000