【９月】スタジオ ルーナ Studio Luna レッスンスケジュール【９月】

予約・問合 ☎0475-73-3541　メール info@studio-luna.com

スタジオルーナ

月	火	水	木	金	土	日
9/5、9/19（祝） **10:30～11:45** 「体幹強化パワーヨガ」 平野 由加理 ★運動量 中～多め （調節します） **9/12、9/26** **10:30～11:45** 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子 **（開催日ご注意下さい）**	**10:30～11:45** 「朝のスッキリヨガ」 小林 梢 **（シニアコース会員限定）** **12:00～13:15** 「やさしいハタヨガフロー」 小林 梢	**定休日**	**10:30～11:45** 「ヴィンヤサクラス」 市東 恵美 **（シニアコース会員限定）** **12:00～13:15** 「リラックスヨガ」 市東 恵美	**10:30～11:45** 「朝のスッキリヨガ」 小林 梢 **※9/23（祝）も通常開講** **（シニアコース会員限定）** **12:00～13:15** 「スローリラックスヨガ」 小林 梢 **※9/23（祝）も通常開講**	**10:30～12:30** **キッズ空手（入会別途）** 体験・問合せ(山岸) TEL 080-3453-3398 **◎生徒募集◎** **第２・第４** **金曜日/土曜日（午後）** **（他、ご相談）** 『ボイストレーニングと 歌い方教室』 個人・少人数グループ指導 ・発声、歌唱法（全ジャンル） ・コーラス団員の技術サポート ・趣味のうた ・その他自由に応相談 ♪初心者歓迎♪ 体験・問合せ (えご さおり) TEL 090-4001-0662	**9/4** **10:30～11:45** 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子 **9/18** **10:30～11:45** 「ヨーガ セラピー」 ※午後クラスは休講 小笠原 千恵 **9/25** **10:30～11:45** 「骨盤スリムヨガ」 松本 有加
★9/12 **13:00～14:00** **ばれえ de ふるーる** **『大人のバレエクラス』** **（初心者～・入会別途）** ♪初心者歓迎♪ 問合せ（山本） TEL 070-1483-0070 **大人のビギナー向バレエ♪**			**13:30～14:45** 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子			**★9/11、9/18** **15:30～17:00** **ばれえ de ふるーる** **幼年ビギナー向クラス** **（バレエ・入会別途）** 問合せ（山本） TEL 070-1483-0070
17:30～18:45 **ローズ バレエ（入会別途）** **エンジェルクラス：幼年～** ♪初心者歓迎♪ 体験・問合せ(柏崎) TEL 080-1301-5926			**19:00～20:00** **ローズ バレエ** **（バレエ・入会別途）** **ジュニア～大人クラス** ♪初心者歓迎♪ 体験・問合せ(柏崎) TEL 080-1301-5926 **大人のビギナー向バレエ♪**	**17:30～20:45** **雪バレエスクール** **（バレエ・入会別途）** **キッズ～大人クラス** ♪初心者歓迎♪ 体験・問合せ (ユキバレエスクール) TEL 090-9012-1561 **大人のビギナー向バレエ♪**		
【9/5、9/26】 **19:15～20:30** 「夜☆ヨガ」 小林 梢 **（開催日ご注意下さい）**						

★感染症予防対策のため★
通常クラス定員10名（予約優先）
火・木・金 午後「シニアコース限定」（75分）
とさせていただきます
移動時マスク着用・マイマット持参 に
ご協力下さい（ﾏｽｸ55円、ﾚﾝﾀﾙﾏｯﾄ220円）

【マタニティ・お子さま連れ】
マタニティヨガ、お子様連れ対応は
一時休止させていただきます。

９月度の予約受付は
全会員様（全期間）
8/26(金)より
◎複数予約は会費の前納が必要です
（ビジター会員様、会費納入前のご予約は１回１ﾚｯｽﾝのみ）

ネット予約
→ １２時間前まで
電話・メール・予約カード
→ 前営業日まで
当日予約なし
→ 空きがあれば先着順で
（満席クラスは受付不可）

※キャンセルはお知らせ下さい

★おすすめ★
ネットで
かんたん
予約カレンダー

※不定期クラスの開講日・休講日・開始時刻にご注意ください　※スケジュールは変更することがございます
※空きコマはレンタルスペースとしてもご利用いただけます（要予約・応相談）