

【1月】スタジオ ルーナ Studio Luna レッスンスケジュール 【1月】

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



ルーナ開催クラス



運動量少なめ

スタジオルーナ



月	火	水	木	金	土	日
(開催日ご注意下さい) 1/5 10:30~11:45 「ミラクル☆ヨガ」 平野 由加理 1/12(祝) 1/19 10:30~11:45 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子 ★月曜ピラティスはポール使用 (レンタル10名まで)	(開催日ご注意下さい) 【1/6 休み】 1/13、1/27 10:30~11:45 「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」 岩崎 寿乃 1/20 10:30~11:45 「バランスボール」 ポール貸出【15名】まで 栗山 ともみ	Studio Luna	Studio Luna	Studio Luna	Studio Luna	Studio Luna
		定休日	【年始 1/8 より】 10:30~11:45 「ワインやサクラス」 市東 恵美	【年始 1/9 より】 10:30~11:45 「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」 岩崎 寿乃	10:30~12:30 キッズ空手（入会別途） 体験・問合せ(山岸) TEL 080-3453-3398	1/18 10:30~11:45 「朝のリラックス &リフレッシュヨガ」 岩崎 寿乃
			(シニアコース) 12:00~13:15 「リラックスヨガ」 市東 恵美	(シニアコース) 12:00~13:15 「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」 岩崎 寿乃	1/17 13:00~14:15 「ミラクルヨガ」 平野 由加理 ★運動量 中~多め (調節します)	1/25 10:30~11:45 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子
			13:30~14:45 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子		◎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	★（月3回・開催日問合せ） 16:00~18:00 バレエ教室「ごども*フランセ」 幼年ビギナー向クラス (バレエ・入会別途) 問合せ（山本 花琳） TEL 070-1483-0070
1/20(火) バランスボール 一般・シニアコース ★ポールはこちらで ご用意します (15名まで・要予約)	(シニアコース) 【1/6 休み】 1/13、1/27 12:00~13:15 「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」 岩崎 寿乃 1/20 12:00~12:50 (50分) 「バランスボール/シニア」 ポール貸出【15名】まで 栗山 ともみ	Studio Luna	Studio Luna	17:30~20:45 雪バレエスクール (バレエ・入会別途) 児童科・ジュニア・大人 体験・問合せ (ユキバレエスクール) TEL 090-9012-1561	お子様同伴対応は 一時休止させていただきます マタニティヨガはお問合せ下さい	★おすすめ★ ネットでかんたん 予約カレンダー
	(夜間クラス) 1/13 (火曜日) 19:15~20:30 「陰陽バランスヨガ」 岩崎 寿乃	Studio Luna	Studio Luna	★混雑緩和のため★ 通常クラス定員約14名(予約制・調整あり) 火・木・金 午後「シニアコース優先」 とさせていただきますが、シニアクラスは空きの範囲で一般コースの方もご案内いたします。受付にお申し出下さい。 マスクは無理のないようにご判断下さい。 衛生のためマイマット持参をおすすめしております。 (マスク55円、レンタルマット220円 受付にございます)	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	年末年始休業 12/29(月)~1/3(土) 1月度の予約受付 12/23(火)より 【通常クラス定員 14名】 ※クラスの状況により調整いたします ◎複数予約は会費の前納が必要です

※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）