

【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・問合せ ☎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
<p>(開催日ご注意下さい)</p> <p>1/5</p> <p>10:30~11:45</p> <p>「ミラクル☆ヨガ」</p> <p>平野 由加理</p> <p>1/12(祝) 1/19</p> <p>10:30~11:45</p> <p>「ピラティスエクササイズ」</p> <p>弓削 理恵子</p> <p>★月曜ピラティスはボール使用 (レンタル10名まで)</p>	<p>(開催日ご注意下さい)</p> <p>1/6 休み</p> <p>1/13、1/27</p> <p>10:30~11:45</p> <p>「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」</p> <p>岩崎 寿乃</p> <p>1/20</p> <p>10:30~11:45</p> <p>「バランスボール」</p> <p>ボール貸出【15名】まで</p> <p>栗山 ともみ</p>	<p>定休日</p>	<p>【年始 1/8 より】</p> <p>10:30~11:45</p> <p>「ヴィンヤサクラス」</p> <p>市東 恵美</p> <p>(シニアコース)</p> <p>12:00~13:15</p> <p>「リラックスヨガ」</p> <p>市東 恵美</p> <p>13:30~14:45</p> <p>「ピラティスエクササイズ」</p> <p>弓削 理恵子</p>	<p>【年始 1/9 より】</p> <p>10:30~11:45</p> <p>「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」</p> <p>岩崎 寿乃</p> <p>(シニアコース)</p> <p>12:00~13:15</p> <p>「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」</p> <p>岩崎 寿乃</p> <p>17:30~20:45</p> <p>雪バレエスクール (バレエ・入会別途)</p> <p>児童科・ジュニア・大人</p> <p>体験・問合せ (ユキバレエスクール)</p> <p>TEL 090-9012-1561</p>	<p>10:30~12:30</p> <p>キッズ空手 (入会別途)</p> <p>体験・問合せ(山岸)</p> <p>TEL 080-3453-3398</p> <p>1/17</p> <p>13:00~14:15</p> <p>「ミラクルヨガ」</p> <p>平野 由加理</p> <p>★運動量 中〜多め (調節します)</p> <p>◎生徒募集◎</p> <p>第2・第4</p> <p>金曜日/土曜日 (午後)</p> <p>(他、ご相談)</p> <p>『ボイストレーニングと 歌い方教室』</p> <p>個人・少人数グループ指導</p> <p>・発声、歌唱法 (全ジャンル)</p> <p>・コーラス団員の技術サポート</p> <p>・趣味のうた</p> <p>・その他自由に相談</p> <p>♪初心者歓迎♪</p> <p>体験・問合せ (えごさおり)</p> <p>TEL 090-4001-0662</p>	<p>1/18</p> <p>10:30~11:45</p> <p>「朝のリラックス &リフレッシュヨガ」</p> <p>岩崎 寿乃</p> <p>1/25</p> <p>10:30~11:45</p> <p>「ピラティスエクササイズ」</p> <p>弓削 理恵子</p> <p>★(月3回・開催日問合せ)</p> <p>16:00~18:00</p> <p>バレエ教室「こども＊フランス」</p> <p>幼年ピギナー向クラス (バレエ・入会別途)</p> <p>問合せ (山本 花琳)</p> <p>TEL 070-1483-0070</p>
 <p>1/20(火)</p> <p>バランスボール</p> <p>一般・シニアコース</p> <p>★ボールはこちらで ご用意します (15名まで・要予約)</p>	<p>(シニアコース)</p> <p>【1/6 休み】</p> <p>1/13、1/27</p> <p>12:00~13:15</p> <p>「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」</p> <p>岩崎 寿乃</p> <p>1/20</p> <p>12:00~12:50 (50分)</p> <p>「バランスボール/シニア」</p> <p>ボール貸出【15名】まで</p> <p>栗山 ともみ</p>	<p>お子様同伴対応は 一時休止させていただきます マタニティヨガは問合せ下さい</p>		<p>★おすすめ★</p> <p>ネットでかんたん 予約カレンダー</p> 		
<p>(夜間クラス)</p> <p>1/13 (火曜日)</p> <p>19:15~20:30</p> <p>「陰陽バランスヨガ」</p> <p>岩崎 寿乃</p>	<p>★混雑緩和のため★</p> <p>通常クラス定員約14名(予約制・調整あり)</p> <p>火・木・金 午後「シニアコース優先」</p> <p>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。</p> <p>マスクは無理のないようにご判断下さい。</p> <p>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)</p>					
<p>年末年始休業</p> <p>12/29(月)~1/3(土)</p>						
<p>1月度の予約受付</p> <p>12/23(火)より</p> <p>【通常クラス定員 14名※】</p> <p>※クラスの状況により調整いたします</p> <p>◎複数予約は会費の前納が必要です</p>						

※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)

★おすすめ★
ネットでかんたん
予約カレンダー

