

【3月】スタジオ ルーナ Studio Luna レッスンスケジュール【3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>(開催日ご注意ください)</p> <p>3/2 10:30~11:45 「ミラクル☆ヨガ」 平野 由加理</p> <p>3/9、3/23 10:30~11:45 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子 ★月曜ピラティスはボール使用 (レンタル10名まで)</p> | <p>(開催日ご注意ください)</p> <p>【3/3、3/31 休み】</p> <p>3/10、3/24 10:30~11:45 「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」 岩崎 寿乃</p> <p>3/17 10:30~11:45 「バランスボール」 ボール貸出【15名】まで 栗山 ともみ</p> | <p>定休日</p> | <p>10:30~11:45 「ヴィンヤサクラス」 市東 恵美</p> <p>(シニアコース) 12:00~13:15 「リラックスヨガ」 市東 恵美</p> <p>13:30~14:45 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子</p> | <p>(開催日ご注意ください)</p> <p>3/6、3/13、3/27 10:30~11:45 「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」 岩崎 寿乃</p> <p>【3/20 (祝) 休み】</p> <p>(シニアコース) 3/6、3/13、3/27 12:00~13:15 「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」 岩崎 寿乃</p> <p>【3/20 (祝) 休み】</p> <p>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</p> | <p>10:30~12:30 キッズ空手 (入会別途) 体験・問合せ(山岸) TEL 080-3453-3398</p> <p>3/28 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)</p> <p>○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 ・その他自由に相談 ♪初心者歓迎♪ 体験・問合せ (えごさおり) TEL 090-4001-0662</p> | <p>3/1 10:30~11:45 「ピラティスエクササイズ」 弓削 理恵子</p> <p>3/15 10:30~11:45 「朝のリラックス & リフレッシュヨガ」 岩崎 寿乃</p> <p>★ (月3回・開催日問合せ) 16:00~18:00 バレエ教室「こども＊フランス」 幼年ピギナー向クラス (バレエ・入会別途) 問合せ (山本 花琳) TEL 070-1483-0070</p> |
|  <p>3/17(火) バランスボール 一般・シニアコース ★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) 【3/3、3/31 休み】</p> <p>3/10、3/24 12:00~13:15 「季節に寄り添う 中医養生ヨガ」 岩崎 寿乃</p> <p>3/17 12:00~12:50 (50分) 「バランスボール/シニア」 ボール貸出【15名】まで 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 マタニティヨガはお問合せ下さい</p> | <p>★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)</p> | <p>★おすすめ★ ネットでかんたん 予約カレンダー</p>  | <p>3月度の予約受付 2/24(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 (ピジター会員様、会費納入前のご予約は1回1レッスンのみ)</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)