

2022年度 下期 染谷 幸子先生の エンジョイ・リラックスヨガ講座

日程表

回数	月 日	内 容	担 当
1	10月17日 (月)		ソメヤ サチコ 染谷 幸子 先生
2	10月31日 (月)		
3	11月7日 (月)		
4	11月21日 (月)		
5	12月5日 (月)		
6	12月12日 (月)		
7	1月16日 (月)		
8	1月30日 (月)		
9	2月13日 (月)		
10	2月27日 (月)		

○ 時 間 : 午前クラス 11:00~12:00

: 夜間クラス 18:00~19:00

○ 定 員 : 各15名

○ 上記日程については、天候や講師、センターの都合により日程を変更する場合があります。

◎ 無料体験説明会 : 2022年10月3日(月) 午前クラス 11:00~12:00 要電話予約

夜間クラス 18:00~19:00 要電話予約

: 飲み物、フェイスタオル、動きやすい恰好