

2023年度 上期 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	4 月 24 日 (月)		ソメヤ サチコ 染谷 幸子 先生
2	5 月 8 日 (月)		
3	5 月 15 日 (月)		
4	6 月 5 日 (月)		
5	6 月 26 日 (月)		
6	7 月 10 日 (月)		
7	7 月 24 日 (月)		
8	8 月 7 日 (月)		
9	8 月 21 日 (月)		
10	8 月 28 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 :2023年4月10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