

COSTEMIA 静岡スタジオ 6月のヨガレッスンスケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			1	2	3	4 ● ISOGIC ヨ ガ 9:40~11:30
5	6	7 ● ISOGIC ヨ ガ 10:00 ~ 11:45	8 SALSA ペアーレッス ン N Y O N 2 スタイ ル 静岡オープン クラス 20:00~21: 15	9 ●モデル ウォーキン グ指導 19:30~20: 45 (大倉りか)	10	11 ●アシュタンガ 9:40~11:30 ●イベント パワーカラー 診断会 12:00~14:00
12 ● ISOGIC ヨ ガ 10:00 ~ 11:45 講師会	13 ●SALSA Lady' s styling 21:00~22: 20	14 ● ISOGIC ヨガ 10:00 ~ 11:45 ● ISOGIC ヨ ガ 19:00~20:45	15	16	17	18 ● ISOGIC ヨ ガ 9:40~11:30
19	20	21 ● ISOGIC ヨ ガ 10:00 ~ 11:45	22	23 ●モデル ウォーキン グ指導 19:30~20: 45(大倉り か)	24 マインドフル ネス 瞑想法 14:00~ 15:15	25 ●アシュタンガ 9:40~11:30 ●マインドフル ネス 瞑想法 12:00~14:30
26 ● ISOGIC ヨ ガ 10:00 ~	27 ●SALSA Lady' s	28 ● ISOGI ヨ ガ 10:00 ~	29	30		

11:45 ●ISOGIC ウォーキング 12:00~ 13:00	styling 21:00~22: 20	11:45 ● ISOGI ヨ ガ 19:00~20: 45				
--	---	---	--	--	--	--