

COSTEMIA 静岡スタジオ 3月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 ●こどもクラブ 15:00~18:30	2 ●こどもクラブ 16:00~18:30	3 ●10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生) ●こどもクラブ 16:00~18:30	4 ●こどもクラブ 14:30~18:00	5 ●こどもクラブ 14:30~18:00	6 ●こどもクラブ 16:00~17:30	7 ●10:15~12:00 ISOGIC YOGA (美和先生)
8 ●こどもクラブ 15:00~18:30	9 ●こどもクラブ 16:00~18:30	10 ●ヨガお休み ●こどもクラブ 16:00~18:30 ●19:00~20:15 モデル育成 ウォーキング指導 (美和先生) ●SALSA Lady' s Styling 20:30~21:45 (美和先生)	11 ●こどもクラブ 14:30~18:00	12 ●こどもクラブ 14:30~18:00	13 ●こどもクラブ 16:00~17:30	14 ●10:15~12:00 ISOGIC YOGA (美和先生)
15 ●こどもクラブ 15:00~18:30	16 ●こどもクラブ 16:00~18:30	17 ●10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生) ●こどもクラブ 16:00~18:30	18 ●こどもクラブ 14:30~18:00	19 ●こどもクラブ 14:30~18:00	20 ●こどもクラブ 16:00~17:30	21 ●10:15~12:00 ISOGIC YOGA (美和先生)
22 ●こどもクラブ 15:00~18:30	23 ●こどもクラブ 16:00~18:30	24 ●10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生) ●こどもクラブ 16:00~18:30 ●19:00~20:15 モデル育成 ウォーキング指導 (美和先生) ●SALSA Lady' s Styling 20:30~21:45 (美和先生)	25 ●こどもクラブ 14:30~18:00	26 ●こどもクラブ 14:30~18:00	27 ●こどもクラブ 16:00~17:30	28 ●10:15~12:00 ISOGIC YOGA (美和先生) ●10:15~12:00 ISOGIC YOGA (美和先生) ●12:10~14:00 マインドフルネス 瞑想法 (美和先生)
29	30	31 ●10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生)				