

COSTEMIA yoga studio 静岡 lesson schedule [2022.MAY]

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
						5/1 休み
5/2 ●こどもクラブ 9:30~11:30 14:00~18:30	5/3 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30	5/4 ●こどもクラブ 16:30~18:00	5/5 ●こどもクラブ 14:00~18:00	5/6	5/7 ●こどもクラブ 9:30~18:00	5/8 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:15~12:00 (知加先生)
5/9 ●こどもクラブ 9:30~11:30 14:00~18:30	5/10 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30	5/11 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:00~11:45 (美和先生)	●こどもクラブ 16:30~18:00 ●モデル育成・コンテスト出場 ウォーキング・ポーズレッスン 19:00~20:15(美和先生) ●サルサ女性 SHINE クラス 20:30~21:45 (美和先生)	5/12 ●こどもクラブ 16:30~18:00	5/13	5/14 ●こどもクラブ 9:30~18:00 5/15 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:15~12:00 (美和先生)
5/16 ●こどもクラブ 9:30~11:30 14:00~18:30	5/17 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30	5/18 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:00~11:45 (美和先生)	●こどもクラブ 16:30~18:00	5/19 ●こどもクラブ 16:30~18:00	5/20	5/21 ●こどもクラブ 9:30~18:00 5/22 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:15~12:00 (美和先生)
5/23 ●こどもクラブ 9:30~11:30 14:00~18:30 ●サルサ女性 SHINE クラス 19:30~ (美和先生)	5/24 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30	5/25 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:00~11:45 (美和先生)	●こどもクラブ 16:30~18:00 ●モデル育成・コンテスト出場 ウォーキング・ポーズレッスン 19:00~20:15(美和先生)	5/26 ●こどもクラブ 16:30~18:00	5/27	5/28 ●こどもクラブ 9:30~18:00 5/29 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:15~12:00 (美和先生) ●マインドフルネス瞑想 105分レッスン 12:15~14:00 (美和先生)
5/30 ●こどもクラブ 9:30~11:30 14:00~18:30	5/31 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30					