

COSTEMIA yoga studio 静岡 lesson schedule [2022.JUNE]

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
		6/1 ●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	6/2	6/3	6/4	6/5 常温リプルヨガ 105分レッスン 10:15~12:00 (知加先生)
6/6 ●こどもクラブ 14:00~18:30	6/7 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30	6/8 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:00~11:45 (知加先生)	●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・ポージングレッシ 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)	6/9 ●こどもクラブ 14:00~18:00	6/10	6/11 ●こどもクラブ 15:00~18:00	6/12 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:15~12:00 (美和先生)
6/13 ●こどもクラブ 14:00~18:30	6/14 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30	6/15 ●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	6/16 ●こどもクラブ 16:30~18:00	6/17	6/18 ●こどもクラブ 15:00~18:00	6/19 ●常温リプルヨガ 105分レッスン 10:15~12:00 (知加先生)
6/20 ●こどもクラブ 14:00~18:30	6/21 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30	6/22 ●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・ポージングレッシ ン 19:00~20:15 (美和先生)	6/23 ●こどもクラブ 16:30~18:00	6/24	6/25 ●こどもクラブ 15:00~18:00	6/26 ●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)
6/27 ●こどもクラブ 14:00~18:30 ●サルサ女性 SHINE クラス 19:30~ (美和先生)	6/28 ●こどもクラブ 9:30~12:00 14:00~18:30	6/29 ●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	6/30 ●こどもクラブ 16:30~18:00			