

# COSTEMIA 静岡スタジオ5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
		<b>1</b>  10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生)	2	3	4	<b>5</b>  10:15~12:00 ISOGIC YOGA (美和先生)
<b>6</b>  19:00~20:15 モデル育成 ウォーキング指導 (美和先生)	<b>7</b>  21:00~22:15 Salsa lady' s Styling class (美和先生)	<b>8</b>  10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生)  20:45~22:00 SALSA ペアレッスン (美和先生)  Herbarium 18:20~20:50 ハーバリウム クラス (美和先生)	9	10	<b>11</b>  14:00~16:00 マインドフルネス 瞑想法 (美和先生)	<b>12</b>  10:15~12:00 ISOGIC YOGA (美和先生)  12:10~13:25 モデル育成 ウォーキング指導 (美和先生)
13	14	<b>15</b>  10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生)	16	17	18	<b>19</b>  10:15~12:00 ISOGIC YOGA (美和先生)
<b>20</b>  10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生)  12:00~13:00 一般ウォーキング 指導 (美和先生)  19:00~20:15 モデル育成 ウォーキング指導 (美和先生)	21	<b>22</b>  10:00~11:45 ISOGIC YOGA (美和先生)  21:00~22:15 SALSA ペアレッスン (美和先生)  Herbarium 12:00~14:30 ハーバリウム クラス (美和先生)	23	24	25	<b>26</b>  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)
27	<b>28</b>  21:00~22:15 Salsa lady' s Styling class (美和先生)	29	30	31		