

オンラインレッスン

月	火	水	木	金	土	日
	8/2022 <small>杉並子育て応援券対応</small>		<small>自由クラスは</small> <small>参加自由</small> <small>途中入室OK</small>		8:30~9:20 <small>若返るキョーコ筋トレ</small> <small>教子</small>	8:30~9:10 <small>ハタヨガ 麻子</small> <small>肩コリ & 歪み解消</small>
	<small>📌</small> ☆10:30~11:30 <small>ヨガ</small> <small>シニア/一般 麻子</small>		☆10:00~11:00 <small>ハタヨガ 麻子</small>		☆9:25~10:35 <small>ハタヨガ 麻子</small>	
			<small>📌</small> ☆11:30~12:30 <small>ヨガ</small> <small>シニア/一般 麻子</small>			
	<small>📌</small> ☆2:00~3:00 <small>やさしいヨガ</small> <small>マタニティ/一般 麻子</small>		☆3:15~4:15 <small>大友トレ&ハタヨガ</small> <small>麻子</small>			
	☆5:30~6:45 <small>ジャイロキネシス入門</small> <small>愛 椅子必要</small>					
	6:50~7:30 <small>筋トレ & ヨガ</small> <small>教子</small>		6:30~7:00 <small>ハタヨガ</small> <small>麻子</small>			
	7:20~8:00 <small>ヨガ & 筋トレ</small> <small>教子</small>		☆7:10~8:10 <small>ハタヨガ</small> <small>麻子</small>			

予約制・入会金不要

税別表記です

- 1回参加⇒3000円
- 4枚券⇒10000円 (2か月有効 友人・家族で共有可)
- 月謝券 (☆クラスは要2枚)
 - ・ 11枚 15000円
 - ・ 20枚 20000円
- 月謝追加1枚 1000円

杉並子育て応援券対応 マット&ウェアレンタル税込各300円 水 100円