

# 2020. June LESSON SCHEDULE

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
オンライン	スタジオ	スタジオ	スタジオ	オンライン	オンライン	オンライン
13:30-14:00 やさしいヨガ by 内山たいこ				13:30-14:00 初級ジャンプ 内山たいこ	13:00-13:40 お腹ひきしめヨガ by YUI	10:00-10:40 ベーシックyoga by 内山たいこ
						11:00-11:30 初級ジャンプ by内山たいこ
				19:30-20:00 ジャンプ by梅澤未来	16:00-16:30 サーキットエクササイズ by梅澤未来	11:50-12:30 からだバー by内山たいこ
20:30-21:10 やさしいヨガ by 内山たいこ				20:30-21:10 お腹ひきしめヨガ by YUI	20:00-20:45 ダイエットの話 by梅澤未来	
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
オンライン	スタジオ	スタジオ	スタジオ	オンライン	オンライン	オンライン
			10:30-11:15 からだバー by梅澤未来			6:00-6:30 朝ヨガ by YUI
13:30-14:00 やさしいヨガ by 内山たいこ	14:00-14:45 シルク by梅澤未来	13:30-14:10 シルク by梅澤未来		13:30-14:00 やさしいヨガ by 内山たいこ		10:00-10:40 ベーシックyoga by 内山たいこ
14:15-15:00 サーキットエクササイズ by梅澤未来	17:45-18:30 からだバー by 梅澤未来 by 内山たいこ		16:00-16:45 シルク by梅澤未来		16:00-16:30 サーキットエクササイズ by梅澤未来	11:00-11:30 初級ジャンプ by内山たいこ
	19:30-20:00 シルク by梅澤未来		19:30-20:00 シルク by梅澤未来			15:00-15:40 からだバー by内山たいこ
20:30-21:10 やさしいヨガ by 内山たいこ	20:30-21:10 シルク by梅澤未来		20:30-21:10 シルク by梅澤未来			16:00-16:30 ZUMBA by JUNKO