



2020. August LESSON SCHEDULE

8月

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
17	18	19	20	21	22	23
オンライン	スタジオ	オンライン	スタジオ	オンライン	スタジオ	オンライン
	10:30-11:15 シルク by梅澤未来	13:30-14:10 シルク by梅澤未来	13:00-13:30 からだパー by内山たいこ	13:30-14:00 yoga 内山たいこ	10:00-10:40 ベーシックyoga by内山たいこ	
13:00-13:30 やさしいヨガ by内山たいこ		14:45-15:15 バージャンプ by梅澤未来			11:00-11:30 初級ジャンプ by内山たいこ	
	17:45-18:30 からだパー by梅澤未来	17:45-18:15 やさしいヨガ by内山たいこ			15:45-16:30 ジャンプ by梅澤未来	11:50-12:30 からだパー by内山たいこ
19:30-20:00 ヨガ by内山たいこ	19:00-19:45 初級ジャンプ by梅澤未来	19:15-19:45 簡単ステップ by内山たいこ	19:00-19:45 ジャンプ by梅澤未来		19:00-19:45 ジャンプ by梅澤未来	
20:20-21:00 からだパー by内山たいこ	20:10-21:00 シルク by梅澤未来	20:30-21:10 パワーヨガ by YUI	20:30-21:10 ヨガ by内山たいこ	20:10-21:00 シルク by梅澤未来	20:30-21:10 パワーヨガ by YUI	19:45-20:30 シルク by梅澤未来
24 / 31	25	26	27	28	29	30
オンライン	スタジオ	オンライン	スタジオ	オンライン	スタジオ	オンライン
13:00-13:30 やさしいヨガ by内山たいこ	10:30-11:15 シルク by梅澤未来	13:30-14:10 シルク by梅澤未来	13:00-13:30 からだパー by内山たいこ	10:30-11:15 ジャンプ by梅澤未来	13:30-14:00 yoga 内山たいこ	10:15-10:45 おなか引き締めピラティス by JUNKO
	17:45-18:30 からだパー by梅澤未来	17:45-18:15 やさしいヨガ by内山たいこ	14:45-15:15 バージャンプ by梅澤未来			11:00-11:30 からだパー by内山たいこ
19:30-20:00 ヨガ by内山たいこ	19:00-19:45 初級ジャンプ by梅澤未来	19:15-19:45 簡単ステップ by内山たいこ	19:00-19:45 ジャンプ by梅澤未来		15:45-16:30 ジャンプ by梅澤未来	11:50-12:30 ベーシックyoga by内山たいこ
20:20-21:00 からだパー by内山たいこ	20:10-21:00 シルク by梅澤未来	20:30-21:10 パワーヨガ by YUI	20:30-21:10 ヨガ by内山たいこ	20:10-21:00 シルク by梅澤未来	20:30-21:10 パワーヨガ by YUI	19:45-20:30 シルク by梅澤未来