


5月29日レッスンプログラム

◆初心者の方にオススメのレッスン→  マークをつけています。

★ご準備下さい。 ● マット

時間/日付	5月 29日 (水)	
	グループレッスン	ECP個人
9:30		
10:00		
11:00		
12:00		
	12:30-13:15 ビューティ・ペルヴィス hitomi ●	
13:00		
	13:30-14:15 Style7®move teiko ●	
14:00		
	14:30-15:15 禅×ヨガ アース kaori ●	
15:00		
16:00		5
17:00		5
18:00	18:00-18:45 パワーヨガ kaori ●	
19:00	19:00-19:45 ビューティ・ペルヴィス hitomi ●	
20:00	20:00-20:45 Style7®move teiko ●	

《レッスン参加のご案内》

 … スタジオグループレッスン・会員全員対象（オンライン有）

 … エンコンパス個人トレーニング（プラチナ会員・エンコンパス会員対象） ◆要予約