

日曜	9/2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	
スタジオ	-	A	-	A	A	A	-	-	A	-	A	A	A	-	-	A	-	A	A	A	-	-	-	-	A	A	A	-
	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-
	-	個	-	個	C	C	-	-	個	-	個	C	C	-	-	個	-	個	C	C	-	-	個	-	個	C	C	-
	-	D	-	D	D	D	-	-	D	-	D	D	D	-	-	D	-	D	D	-	-	-	-	D	-	D	D	-
備考															敬老の日													

◎スケジュール時間

- Aクラス AM11:30~PM1:00
- Bクラス PM1:30~PM3:00
- Cクラス PM5:15~PM6:45
(土曜日のみ PM4:15~PM5:45)
- Dクラス PM7:10~PM8:40
(土曜日のみ PM6:10~PM7:40)
※ただし第三土曜日はおやすみです。

踊 = ハートフル踊雅(ヨーガとリズムダンス)

個 = パーソナルコース(個人指導)

◎カリキュラム変更のお知らせ

- ・10/22は即位礼正殿の儀で休日となりますがA・Bクラスのみ行います。
- ・9月のハートフル踊雅はお休みです。

日曜	30	10/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	11/1	2	3	
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日		
スタジオ	-	A	-	A	A	A	-	-	A	-	A	A	A	-	-	A	-	A	A	A	-	-	A	-	A	A	A	-	-	A	-	A	A	A	-	
	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	踊	-	-	B	-	B	B	B	-	
	-	個	-	個	C	C	-	-	個	-	個	C	C	-	-	個	-	個	C	C	-	-	-	-	個	C	C	-	-	個	-	個	C	C	-	
	-	D	-	D	D	D	-	-	D	-	D	D	D	-	-	D	-	D	D	D	-	-	-	-	D	D	-	-	-	D	-	D	D	D	-	
備考															体育の日																					文化の日

9/24(火)のAクラスはお休みです。



●予約のお申し込みはお早めに。定員4名になり次第、締切となります。●予約後のキャンセルはお早目にお申し出下さい。尚、当日のキャンセルは運営に支障をきたしますのでご遠慮下さい。

【ヒロコヨーガランドHP Add.】

<http://ricky.jp/yogatop.html>