

日曜	9/20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	10/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	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	-
	-	B	-	-	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	-	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-
	-	個	-	-	-	C	-	-	個	-	-	-	C	-	-	個	-	-	-	C	-	-	個	-	-	-	C	-
	-	-	-	-	D	-	-	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	-	D	-	-	-	-	D	D	-	-	
備考	敬老の日				秋分の日													休講日										

◎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 PM4:30~PM6:00 (土曜日のみ)
- Dクラス PM6:30~PM8:00

個 = パーソナルコース(個人指導)
PM5:00~7:00の間に開始

火曜日の個開始時間はPM5:00~7:00のフレックスタイム制です。この時間帯でしたら好きな時間を予約して下さい。
◎9/23(木)は、秋分の日でお休みです。
◎10/7(木)は休講です。

日曜	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	11/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
	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	B	-	-	B	-	B	B	B	-
	-	個	-	-	-	C	-	-	個	-	-	-	C	-	-	個	-	-	-	C	-	-	個	-	-	-	C	-	-	個	-	-	-	C	-
	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	D	D	-	-	-	-	D	D	-	-	
備考																	文化の日																		

コロナに
負けるな!

もちよつと
の辛抱!!



●予約のお申し込みはお早めに。定員3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>