



心と身体にやすらぎを

ヒココ・ヨーガランド ● 日程表 (10/16~12/17)

2023年(令和5)

お申し込み・お問い合わせはお電話で。

0422-23-0851 (スタジオ)

日曜	10/16	17	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
	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	-
	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	-	-	C	-
	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	D	-	-	-	-	-	-	D	D	-	-
備考																		文化の日										

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

= プレミアム教室(フレックス制)
PM5:00~7:00の間に開始

- ◎11/3(金)は文化の日で、レッスンはお休みです。
- ◎11/で23(木)は木勤労感謝の日で、レッスンはお休みです。

日曜	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	12/1	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	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	-
	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	-	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-
	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	C	-	
	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	-	D	-	-	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	D	D	-	-	-	-	-	D	D	-	-
備考											勤労感謝の日																								

今年も
もう少し

がんばろ
ネー



●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。

【ヒココヨーガランドHP Add.】
<http://ricky.jp/yogatop.html>