



心と身体にやすらぎを

ヒロコ・ヨーガランド ● 日程表 (11/10～1/11)

2025年(令和7年) 2026年(令和8年)

お申し込み・お問い合わせはお電話で。

TEL.0422-23-0851 (スタジオ)

TEL.042-339-0377 (自宅)

日・曜	11/10	11	12	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
	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	-
	-	-	-	D	-	-	-	-	-	-	D	-	-	-	-	-	-	D	-	-	-	-	-	-	D	-	-	-
備考													臨時休講	勤労感謝の日	振替休日													

◎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 PM6:00～PM7:30(木曜日のみ)

◎11/22(土)は法事でお休みです。
◎12/27(土)で今年は終了となります。
1/6(火)よりレッスン開始と致します。

日曜	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11					
	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	-						
	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	B	-	B	B	B	-	-	-	-	-	-	-	B	-	B	B	B	-							
	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	-	C	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	C	-						
	-	-	-	D	-	-	-	-	-	-	D	-	-	-	-	-	-	D	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	D	-	-	-						
備考																				レッスン終了					元日						レッスン始め									
																					← 年末年始のお休み →																			

年末年始のお休み

レッスン始め

いきなり
冬!

でも
大丈夫。

ヨガで
寒冷順化
しよう!



●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>