



## 2025

# レッスンスケジュール

		9:45	11:00	12:30	14:00	19:15	20:30	22:00
1	水	あけましておめでとうございます						
2	木	2025年 今年も精神統一						
3	金							
4	土	×	×	×	×	×	×	×
5	日	ストヨガ・里美	ムドラ・里美	×	×	×	×	×
6	月	×	×	×	×	寝ヨガ里美	ポール・里美	×
7	火	寝ヨガ里美	ベー・KAZU	×	×	×	×	×
8	水	ポール・里美	ダイエ・里美	×	×	タイ式・里美	からだ・中西	×
9	木	タイ式・里美	エアリアル・KAZU	×	×	チェア・里美	ダイエ・里美	×
10	金	×	×	×	×	×	×	×
11	土	寝ヨガ・里美	ポール・里美	×	×	×	×	×
12	日	骨盤・武田	ベー・武田	×	×	×	×	×
13	月	×	×	×	×	×	×	×
14	火	タイ式・里美	美尻・KAZU	×	×	×	×	×
15	水	チェア・里美	ダイエ・里美	×	×	ストヨガ・里美	からだ・中西	×
16	木	ストヨガ・里美	エアリアル・KAZU	×	×	ムドラ・里美	ダイエ・里美	×
17	金	×	×	×	×	×	×	×
18	土	ベー・アサミ	バレヨガ・アサミ	×	×	×	×	×
19	日	美尻・KAZU	ベー・KAZU	×	×	×	×	×
20	月	×	×	×	×	ポール・里美	タイ式・里美	×
21	火	ムドラ・里美	ベー・KAZU	×	×	×	×	×
22	水	寝ヨガ・里美	ダイエ・里美	×	×	チェア・里美	からだ・中西	×
23	木	ポール・里美	エアリアル・KAZU	×	×	ストヨガ・里美	ダイエ・里美	×
24	金	×	×	×	×	×	×	×
25	土	キラナ・マコ	ベー・マコ	×	×	×	×	×
26	日	タイ式・里美	チェア・里美	×	×	×	×	×
27	月	×	×	×	×	ムドラ・里美	寝ヨガ・里美	×
28	火	ストヨガ・里美	美尻・KAZU	×	×	×	×	×
29	水	ムドラ・里美	ダイエ・里美	×	×	タイ式・里美	からだ・中西	×
30	木	寝ヨガ・里美	エアリアル・KAZU	×	×	チェア・里美	ダイエ・里美	×
31	金	×	×	×	×	×	×	×

**レッスン予約はお電話でOK！ 0598-67-8274**

### 1、スタジオパインの大切な規約 ◎会員証の提示を毎回お願いいたします

◎ 休会・退会・コース変更などは 前月の10日までが受付期日となっております。特に当月に入ってからの変更は受付けておりませんのでご了承ください。

例) 1月末で退会したい、2月は休会したい、2月から現金会員にしたい・・・1/10まで

◎ 館内は清潔&整理整頓

履物はシューズ棚にお入れ下さい。トイレは清潔にお使い下さい。汚された場合はご自分で清掃をお願いします

### 2、会員大募集 お友達をご紹介ください

メンバー様のお友達を無料体験にご招待できます。一緒にご予約をお願いします。

会員数が減少して苦しい状況になっております。どうかお友達をご紹介ください。