

# カルチャースタジオ ～イベントレッスン～

	時間	クラス	担当
3月24日(土)	13:30	瞑想ヨガ60分	石垣麻衣子
3月25日(日)	15:00	笑いヨガ 60分	北川瑞子
3月25日(日)	16:30	キャンドルヨガ 60分	宮地理沙
3月26日(月)	14:00	美容レッスン 30分 ★美顔器を使用	太田早織
3月27日(火)	14:30	ぺた一つと開脚 60分	栗原理恵
3月27日(火)	18:30	バレトン 60分	陽ひなた
3月28日(水)	12:30	スポーツボイス フィットネスとは? 60分	栗原理恵
3月28日(水)	21:00	ピラティスをもっと楽しく! 安全に効果的に行う 60分	石河知可子
3月29日(木)	20:45	美容レッスン 30分 ★美顔器を使用	太田早織
3月30日(金)	15:30	すぐ実践できる! 代謝と免疫を高める 美容食講座 60分	深井康代
3月30日(金)	19:00	キャンドルヨガ 60分	宮地理沙
3月31日(土)	13:30	瞑想ヨガ60分	石垣麻衣子