

土曜日 14:00~14:50 の ヨガの レッスン担当者についてのお知らせ

レッスン担当者および内容を以下の通り変更させていただきます。

日付	12/9(土)	12/16(土)	12/23(土)	1/6(土)	1/13(土)	1/20(土)	1/27(土)
担当者	石川(ま)	今滝	石川(ま)	今滝	石川(ま)	石川(ま)	石川(ま)
内容	Earth Yoga	ヨガ	Earth Yoga	ヨガ	Earth Yoga	Earth Yoga	Earth Yoga

※ *Earth Yoga* … 音楽に合わせて行うヨガのことです。
リラクゼーション要素の高いヨガとなります。

なお、2月より土曜日14:00~14:50のヨガレッスンは **石原先生** が担当致します。
ご迷惑おかけして申し訳ございません。あらかじめご了承ください。