

# ～On-lineレッスンスケジュール～

曜日	実施店	レッスン名	時間	担当
火	柏	ほぐすヨガ	13:40～14:25	丸山
水	上志津	マットピラティス	11:20～12:05	岩木
	柏	プラナヨーガ	19:30～20:15	大谷
金	柏	リラックスヨーガ	11:10～11:40	豆澤
	上志津	簡化太極拳	12:35～13:20	山口（浩）
土	上志津	B-balance身体調整	14:30～15:15	寺田
日	上志津	プラナヨーガ	11:45～12:30	TOMOKA

## 【参加方法】

- ① 公式アプリ ZOOMより配信致します。※開始5分前から入場可能です。
- ② 参加IDとパスワードはオークス公式LINEアカウントよりご案内致します。

<LINE登録は右のQRコードより>

