

| 神楽坂ゆる体操教室・5月のスケジュール |   |      |       |         | 連絡先 03-3266-8812(坪山) |         |       |         |         |
|---------------------|---|------|-------|---------|----------------------|---------|-------|---------|---------|
| 1                   | 日 |      |       |         |                      |         |       |         |         |
| 2                   | 月 |      |       |         |                      |         |       |         |         |
| 3                   | 火 |      | 10:30 | 初(通)坪山  | 13:30                | 中B(歩)坪山 |       | 19:30   | 中A(通)坪山 |
| 4                   | 水 |      | 10:30 | 中A(通)坪山 |                      |         |       | 18:15   | 初(通)坪山  |
| 5                   | 木 |      |       |         |                      |         |       | 19:15   | 初(通)坪山  |
| 6                   | 金 |      |       |         |                      |         | 15:00 | 初(歩)坪山  |         |
| 7                   | 土 | 9:00 |       | 初(通)坪山  | 10:30                | 中B(呼)坪山 | 13:30 | 初(通)坪山  |         |
| 8                   | 日 | 9:00 |       | 初(通)坪山  | 10:30                | 中C(ゆ)坪山 |       |         |         |
| 9                   | 月 |      |       |         |                      |         |       |         |         |
| 10                  | 火 |      | 10:30 | 初(通)坪山  | 13:30                | 中B(呼)坪山 |       | 19:30   | 中A(歩)坪山 |
| 11                  | 水 |      | 10:30 | 中A(通)坪山 |                      |         |       | 18:15   | 中C(筋)坪山 |
| 12                  | 木 |      |       |         |                      |         |       | 19:15   | 初(通)坪山  |
| 13                  | 金 |      |       |         |                      |         | 15:00 | 初(通)坪山  |         |
| 14                  | 土 | 9:00 |       | 初(歩)坪山  | 10:30                | 中B(基)坪山 | 13:30 | 初(通)坪山  |         |
| 15                  | 日 | 9:00 |       | 初(通)坪山  | 10:30                | 初(歩)坪山  |       |         |         |
| 16                  | 月 |      |       |         |                      |         |       |         |         |
| 17                  | 火 |      | 10:30 | 初(歩)坪山  | 13:30                | 中B(基)坪山 |       | 19:30   | 中A(通)坪山 |
| 18                  | 水 |      | 10:30 | 中A(歩)坪山 |                      |         |       | 18:15   | 初(通)坪山  |
| 19                  | 木 |      |       |         |                      |         |       | 19:15   | 初(通)坪山  |
| 20                  | 金 |      |       |         |                      |         | 15:00 | 初(通)坪山  |         |
| 21                  | 土 | 9:00 |       | 初(通)坪山  | 10:30                | 中B(筋)坪山 | 13:30 | 初(歩)坪山  |         |
| 22                  | 日 | 9:00 |       | 初(通)坪山  | 10:30                | 中C(ゆ)坪山 |       |         |         |
| 23                  | 月 |      |       |         |                      |         |       |         |         |
| 24                  | 火 |      | 10:30 | 初(通)坪山  | 13:30                | 中B(筋)坪山 |       | 19:30   | 中A(通)坪山 |
| 25                  | 水 |      | 10:30 | 中A(通)坪山 |                      |         |       | 18:15   | 中C(筋)坪山 |
| 26                  | 木 |      |       |         |                      |         |       | 19:15   | 初(歩)坪山  |
| 27                  | 金 |      |       |         |                      |         | 15:00 | 初(通)坪山  |         |
| 28                  | 土 | 9:00 |       | 初(通)坪山  | 10:30                | 中A(歩)坪山 | 13:30 | 初(通)坪山  |         |
| 29                  | 日 | 9:00 |       | 初(歩)坪山★ | 10:15                | 初(歩)坪山★ | 11:30 | 中(歩)坪山★ |         |
| 30                  | 月 |      |       |         |                      |         |       |         |         |
| 31                  | 火 |      | 10:30 | 初(通)坪山  | 13:30                | 中B(強)坪山 |       | 19:30   | 中A(強)坪山 |

現在、全てのクラスにつきまして、「教室レッスン」と「オンラインレッスン」を開催しております。