

スタジオ・ヘステア 10月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			10:00~11:30 アロマヨガ	10:00~11:30 親子ヨガ&ママの 骨盤調整		9:30~11:00 セルフケア 主宰 本庄
			14:15~15:30 セルフケア 本庄	13:00~14:30 ベビーマッサージ&ママ 骨盤調整		
			19:30~21:00 アンチエイジング 本庄			
5	6	7	8	9	10	11
	10:00~11:30 セルフケア 本庄	10:00~11:30 整体ヨガ	10:00~11:30 アロマヨガ	10:00~11:30 親子ヨガ&ママの 骨盤調整	9:30~11:00 セルフケア 主宰 本庄	
	13:00~14:00 シニア 本庄		14:15~15:30 セルフケア 本庄	13:00~14:30 ベビーマッサージ&ママ 骨盤調整		
	15:00~16:10 骨盤調整 本庄		19:30~21:00 アンチエイジング 本庄			
12	13	14	15	16	17	18
	10:00~11:30 セルフケア 本庄	10:00~11:30 整体ヨガ	10:00~11:30 アロマヨガ	10:00~11:30 親子ヨガ&ママの 骨盤調整		9:30~11:00 セルフケア 主宰 本庄
	13:00~14:00 シニア 本庄		14:15~15:30 セルフケア 本庄	13:00~14:30 ベビーマッサージ&ママ 骨盤調整		
	15:00~16:10 骨盤調整 本庄		19:30~21:00 アンチエイジング 本庄			
19	20	21	22	23	24	25
	10:00~11:30 セルフケア 本庄	10:00~11:30 整体ヨガ	10:00~11:30 アロマヨガ	10:00~11:30 親子ヨガ&ママの 骨盤調整	9:30~11:00 セルフケア 主宰 本庄	
	13:00~14:00 シニア 本庄		14:15~15:30 セルフケア 本庄	13:00~14:30 ベビーマッサージ&ママ 骨盤調整		
	15:00~16:10 骨盤調整 本庄		19:30~21:00 アンチエイジング 本庄			
26	27	28	29	30	31	
	10:00~11:30 セルフケア 本庄	10:00~11:30 整体ヨガ	休講	休講	休講	
	13:00~14:00 シニア 本庄					
	15:00~16:10 骨盤調整 本庄					