

Main schedule table with columns for days of the week (TUE to SUN) and time slots (9:00 to 22:30). Each cell contains details of a lesson including instructor name, program name, and participant count.

参加者の皆様へお願い
①来館前に必ずご自宅で検温をお願いいたします。
②スタジオ入退出時には、手指の消毒をしてください。
③プログラム前後は、必ず使用備品の消毒をしてください。
④スタジオ内では、前後左右の間隔を十分に空けてご参加ください。
⑤掛け声や握手、ハイタッチはご遠慮ください。
※ご自身のヨガマットをお持ちの方はご持参ください。
※汗拭きタオル等はご自身でも用意をお願いします。
※今後の状況により、引き続き特別スケジュールとなる場合がございます。
最新情報はHPよりご確認ください。