

## 2024年度冬期教室募集人数（大人スタジオ）

教室 (内容・対象)	曜日	時間	募集人数
シニアヨガ	月曜	10:15-11:15	<b>2</b>
陰暦(いんれき)ヨガ		13:15-14:15	<b>20</b>
トータルEX		19:00-20:00	<b>11</b>
スポーツウエルネス吹矢	火曜	9:00-11:00	<b>2</b>
ストレッチヨガ		11:00-12:00	<b>2</b>
代謝アップトレーニング		19:00-20:30	<b>21</b>
リラックスヨガ	水曜	10:00-11:00	<b>13</b>
健康寿命アップ体操		13:30-14:30	<b>18</b>
ヨガ 夜間		19:00-20:00	<b>5</b>
ストレッチヨガ	金曜	10:30-11:30	<b>23</b>
アシュタンガヨガ		20:00-21:00	<b>18</b>