

2026年度春期教室募集人数（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	6
ととのえるヨガ		13:15-14:15	24
カラダあれこれ		19:00-20:00	16
スポーツウエルネス吹矢	火曜	9:00-11:00	2
ストレッチヨガ		11:00-12:00	4
代謝アップトレーニング		19:00-20:30	21
リラックスヨガ	水曜	10:00-11:00	15
健康寿命アップ体操		13:30-14:30	20
ヨガ 夜間		19:00-20:00	18
ストレッチヨガ	金曜	10:30-11:30	24
カラダあれこれ		13:30-14:30	14
アシュタンガヨガ		20:00-21:00	24
目覚めのヨガ	土曜	9:00-10:00	7