

湘南台ファースト オンラインレッスン スケジュール 2020.06.01~06.14

月 (MON)	火 (TUE)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)
<p>12:00 アシュタンガヨガ 田中 IR 15名</p>	<p>11:00 デトックスフロー IZUMI IR 15名</p>	<p>11:00 自重でキヤマッスル 樹山 IR 12名</p>	<p>11:00 オリジナル コンディショニング 内海 IR 12名</p>	<p>12:30 床バレエ 雅 IR 6名</p>	<p>10:15 ピラティス 屋代 IR 15名</p>
<p>14:00 フラ MAKI IR 10名</p>	<p>14:00 リラクソヨガ 大西 IR 8名</p>		<p>14:00 代謝アップヨガ 澤田 IR 15名</p>	<p>15:45 ボクシング 岡 IR 5名</p>	<p>11:15 リンパヨガ 佐喜 IR 10名</p>
			<p>6/5.6/12 のみ開催</p>	<p>14:00 やさしいヨガ 吉澤 IR 10名</p>	
				<p>18:00 骨盤調整ヨガ 大西 IR 8名</p>	



※ZOOMへのログインはレッスン開始の5分前からお願いいたします。

指定時間より前にログインをされた場合はレッスン中に接続が中断されることがございますので、ご注意ください。

※オンラインレッスン参加の際は、ご自身の音声を必ずミュートに設定してください。

(インストラクターの音が聞き取りづらくなります。)

※周りの安全を確保の上考慮してレッスンを行います。

カメラの設定はできるだけオンに設定頂きますよう、お願い致します。

ご自身を映さずにレッスンの参加を希望される方は、ビデオの設定をオフにしてください。