

2026年1月.2月 グループレッスンスケジュール

1月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------|--------------|-----------------------------------|-------------------------|-----------|--------------------------|--------------------------|
| | | | | 1 年始休業 | 2 年始休業 | 3 年始休業 |
| 4 年始休業 | 5 10:00～ | 6 ※井上レディース クリニック ヨガレッスン | 7 10:00～ | 8 | 9 10:00～ ※第2週目 | 10 |
| 11 | 12 10:00～ | 13 ※井上レディース クリニック ヨガレッスン | 14 10:00～ | 15 | 16 10:00～ ※第3週目 | 17 10:00～ |
| 18 | 19 10:00～ | 20 ※井上レディース クリニック ヨガレッスン | 21 10:00～ チェアヨガ養成 | 22 | 23 10:00～ ※第4週目 | 24 10:00～ ※1週目の振替日 |
| 25 | 26 10:00～ | 27 ※井上レディース クリニック ヨガレッスン | 28 10:00～ | 29 | 30 10:00～ ※1週目の振替日 | 31 |

2月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|--------------|-----------------------------------|--------------|----|--------------|--------------|
| 1 | 2 10:00～ | 3 ※井上レディース クリニック ヨガレッスン | 4 10:00～ | 5 | 6 10:00～ | 7 10:00～ |
| 8 | 9 10:00～ | 10 ※井上レディース クリニック ヨガレッスン | 11 10:00～ | 12 | 13 10:00～ | 14 |
| 15 | 16 10:00～ | 17 ※井上レディース クリニック ヨガレッスン | 18 10:00～ | 19 | 20 10:00～ | 21 10:00～ |
| 22 | 23 10:00～ | 24 ※井上レディース クリニック ヨガレッスン | 25 10:00～ | 26 | 27 10:00～ | 28 |
| | | | | | | |

●ご予約キャンセルについて

完全予約制にて、レッスンのお休みは「わかり次第、チャット・メールなどでお伝え」ください。

お振替のご予約は、定員に空きのある枠の「前月から翌月末」まで可能、追加料金をお支払いの上、「パーソナルレッスン」への振替も可能です。

※退会・休会の届け出しめ切りは、前月の15日までです。

16日以降のお申し出については、翌月の通常の月会費をお支払いいただきます。



●グループレッスン 100分

対面定員は5名、オンライン受講枠は4名までです。

※ご体験・ご予約（お振替予約など）は、予約サイトにて直接行うか、お問合せください

●パーソナルセッション（対面／オンライン可） 60分・80分・100分

パーソナルセッションは、主に月・水・金・土に実施です。

【お問合せ、ご予約】 シャンティबीジャ 星弘美

☎ 電話 070-5586-4113

✉ メール info@shantibija.com

営業時間：9時30分～19時

定休日：木曜・日曜



ご体験・振替予約は、こちらから