

☆すぺーす Comodo レッスンスケジュール☆

令和元年度版

すぺーす Comodo スタジオ				大人教室
曜日	クラス	時間	講師	持ち物
火曜日	ヨガ	① 13:30～14:30	東郷アヤ先生	水分・タオル ヨガマット（初回のみ貸出あり）
木曜日	ヨガ	①中級 13:30～14:30 ②初級 14:35～15:45	中田アヤ先生	水分・タオル ヨガマット（初回のみ貸出あり）
金曜日	リズムエクササイズ	① 13:30～14:30	長谷 朋先生	水分・タオル <u>体育館シューズ</u>

すぺーす Comodo 英語教室			
曜日	クラス	時間	
火曜日	小学生（低学年）	16:20～17:10	42L/年間 月謝
水曜日	小学生（高学年）	16:15～17:15	42L/年間 月謝
木曜日	小学生（中学年）	17:00～18:00	42L/年間 月謝
土曜日	幼稚園	9:00～9:45	月2回 月謝
	幼稚園	9:50～10:35	月2回 月謝
	小学生（中学年）	10:45～11:45	42L/年間 月謝