

タイムスケジュール

anelaroom
sharesalon

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
9:30							9:30
9:45		9:45~10:45(第1.3) 9:45~10:30(第2.4)		9:45~10:45			9:45
10:00		第1・3 スローレジスタンス トレーニング		第2・4 セルフイーリング ピラティス			10:00
10:15		第2・4 どれみ音楽教室 (2歳~4歳)					10:15
10:30							10:30
10:45							10:45
11:00		11:00~12:00		11:00~12:00		11:00~12:00	11:00
11:15		第1・3 スローレジスタンス トレーニング		第1・3トータル ビューティーyoga		Namasute!	11:15
11:30		第2・4 セルフイーリング ピラティス		第2・4 セルフイーリング ピラティス		yoga	11:30
11:45							11:45
12:00	講習など 予定が 入り				講習など 予定が 入り		12:00
12:15	安くなって おります。				安くなって おります。		12:15
12:30	ご相談 下さい。				ご相談 下さい。		12:30
12:45							12:45
13:00				13:00~13:45			13:00
13:15				第1・3 ポール ストレッチ			13:15
13:30				13:00~14:30			13:30
13:45				第2・4 ママストレッチ & ベビーマッサージ			13:45
14:00							14:00
14:15							14:15
14:30							14:30
14:45							14:45
15:00							15:00
15:30		15:45~16:30					15:30
16:00		どれみ音楽教室 (小学1・2年生)					16:00
16:30							16:30
17:00							17:00
17:30							17:30
18:00							18:00
18:30							18:30
19:00							19:00
19:30							19:30
20:00							20:00
20:30							20:30
21:00							21:00

3階anelaroomシェアサロンです！！
 あなたもセミナーやスクール、イベントなどを開催してみませんか？
 また、ママさんの集まりなどみのお使いいただけます！飲食OK！！
 (ゴミはお持ち帰りください) キッズスペースあり
 詳しくはお問合せください
 レンタル料金¥1,500/1h (定期契約は相談)
 備品はレンタル料金に含まれています。大切にご利用ください。
 ※ピンクと緑のスペース (相談) のみご予約いただけます。
 ~SCOOL~
 ☆トータルビューティーyoga ☆Namasute! yoga ☆ピラティス
 ☆セルフイーリングピラティス ☆スローレジスタンストレーニング
 ☆ポールストレッチ☆ママストレッチ&ベビーマッサージ