# 7月　2019年　Yokohama 桜 Café School スケジュール in DLC

※都合により代行や休講となる場合がございます。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1<br>【実技/DANCE】9:15～10:30<br>ASUNA（フラダンスⅠ）<br>【実技/DANCE】10:35～11:50<br>ASUNA（フラダンスⅡ） | 2<br>【実技/武道】<br>自主稽古日<br>【実技/YOGA】19:45～20:45<br>AKIKO（フローヨガ） | 3<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>aiko.t（モーニングヨガ） | 4<br>【座学】15:00～16:00<br>歴史浪漫とこぼれ話・裏話② | 5 | 6<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>Acco（季節のヨガ）<br>【実技/武道】17:00～<br>護身術教室 |
| 7<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>saho（ハタヨガ）<br>【実技/YOGA】10:45～11:45<br>saho（デトックスヨガ） | 8<br>【実技/DANCE】9:15～10:30<br>ASUNA（フラダンスⅠ）<br>【実技/DANCE】10:35～11:50<br>ASUNA（フラダンスⅡ）<br>【座学】15:00～17:00<br>はじめてのパステル画 | 9<br>【実技/YOGA】19:45～20:45<br>AKIKO（リラックスフローヨガ） | 10<br>【実技/健康】9:15～10:15<br>24式太極拳 | 11<br>【実技/健康】9:15～10:15<br>上級気功<br>【実技/健康】10:30～11:30<br>基礎自然健康体操<br>【座学】15:00～16:00<br>歴史浪漫とこぼれ話・裏話①<br>【座学】19:15～20:15<br>基礎英語 | 12 | 13<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>aiko.t（モーニングヨガ）<br>【実技/YOGA】10:45～11:45<br>aiko.t（肩甲骨フロー）<br>【実技】18:00～19:00<br>※トレーニングスペース |
| 14<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>Acco（心も体も広がるモーニングストレッチ）<br>【実技/YOGA】10:45～11:45<br>Acco（日曜の朝ヨガ）<br>【実技/武道】16:30～<br>護身術教室(会館) | 15 海の日<br>【座学】15:00～17:00<br>はじめてのパステル画 | 16<br>【座学】9:45～11:45<br>はじめてのドライフラワー<br>【実技/武道】<br>自主稽古日<br>【実技/YOGA】19:45～20:45<br>AKIKO（フローヨガ） | 17<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>aiko.t（モーニングヨガ） | 18<br>【実技/YOGA】9:30～10:15<br>saho（脳活チェアヨガ）<br>【座学】15:00～16:00<br>歴史浪漫とこぼれ話・裏話② | 19<br>【座学】16:00～17:00<br>やさしい写真教室 | 20<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>YURIE（バクティフローヨガ）<br>【実技/武道】17:00～<br>護身術教室 |
| 21<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>saho（ハタヨガ）<br>【実技/YOGA】10:45～11:45<br>saho（デトックスヨガ） | 22 | 23<br>【実技/YOGA】19:45～20:45<br>AKIKO（リラックスフローヨガ） | 24<br>【実技/健康】9:15～10:15<br>24式太極拳 | 25<br>【実技/健康】9:15～10:15<br>上級気功<br>【実技/健康】10:30～11:30<br>基礎自然健康体操<br>【座学】15:00～16:00<br>歴史浪漫とこぼれ話・裏話①<br>【座学】19:15～20:15<br>基礎英語 | 26 | 27<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>AI（リセットヨガ）<br>【実技】18:00～19:00<br>※トレーニングスペース |
| 28<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>aiko.t（ハタフロー①）<br>【実技/YOGA】10:45～11:45<br>aiko.t（ハタフロー②）<br>【実技/武道】16:30～<br>護身術教室(会館) | 29 | 30<br>【座学】9:45～11:30<br>フラワーアレンジメント<br>【実技/YOGA】19:45～20:45<br>AKIKO（フローヨガ） | 31<br>【実技/YOGA】9:30～10:30<br>aiko.t（モーニングヨガ） | **≪ 自然気功体操 ≫**<br>**本郷台教室**<br>10日(水)、24日(水)<br>15:15～16:15<br>**洋光台教室(会館)**<br>13日(土)、27日(土)<br>10:30～11:30 | ※カフェ内カルチャースクールの参加にはご入会が必要です。<br>各講座体験が可能ですので、ご興味ある講座があれば、<br>お申込み用紙にご記入の上、店頭にてお申込み下さい。<br>また、ホームページに各講座・レッスンの詳細を掲載しています。<br>「デイリーフコーヒー」にて検索、または、<br>http://jlss.main.jp　をご覧下さい。<br>000000（ジェイエルエスエス）<br>各講座・レッスン随時体験募集中！ | |