

2月スタジオレッスンスケジュール

火・木・金 10:00 OPEN

土・日 8:45 OPEN

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
定休日	10:15-11:15 骨盤調整ヨガ Atsuko	定休日	10:15-11:15 ピラティス Kanako	10:15-11:15 美ボディーワーク &ヨガ Akane	9:00-10:00 モーニングヨガ Saya	9:00-10:00 モーニングヨガ Asahi ★ NEW
	13:30-14:30 ストレスリリース リラックスヨガ Saya		13:30-14:30 リラックス アロマヨガ Mina	10:30-11:30 リンパケアヨガ Kyoko	10:30-11:30 コンディショニング ムーヴヨガ Mai	
	15:00-15:45 健康ヨガ体操 Mai		15:00-15:45 健康ヨガ体操 Mai	12:00-13:00 マタニティヨガ Kyoko	日曜午後枠は毎週 さまざまな内容で お届け♪ ■2/4・18 【13:30-14:30】 アクティブヨガ (担当: Mai)	
	18:45-19:45 ストレスリリース リラックスヨガ Saya		18:45-19:45 ビューティー シェイプヨガ Devica	13:30-14:30 リフレッシュ フローヨガ Saya		
 2/23(金・祝) 短縮営業	20:15-21:15 爽快 アクティブヨガ Mai ★ NEW	代講・休講に つきましては、 HPや別紙にて ご案内してお りますので、 確認をお願い いたします。	20:15-21:15 リセット& デトックスヨガ Asahi	20:00-21:00 めぐり改善ヨガ Mina	★ 【特別レッスン】 2/11(日) 13:30~14:45(75分) アライメントヨガ 担当: Mai ※1レッスン+¥500	★ ヨガアライメント WS -Part2- 2/25(日) 13:30-15:30(120分) 担当: Mai 参加費: 5,500円
	❀定員❀ 各クラス 12名様					