




マーク= 初心者/体験の方に★おススメ★のクラスです

レッスンスケジュール

☺ マーク=常温のクラスです

	Tue 1	Wed 2	Thu 3	Fri 4	Sat 5	Sun 6
	10:00~11:00 ベーシックハタヨガ★ SAYA	定 休 日	10:30~11:30 ハタヨガ TAMAKI	10:30~11:30 アロマリラックス YANGYANG	8:30~9:30 朝ヨガ TOMOKO	8:30~9:30 朝ヨガ MINA
	11:30~12:45 ジグザグベーシック TAMAKI		12:00~13:00 ヴィンヤサ YANGYANG	12:00~13:00 ハタフロー RIKA	10:00~11:00 アロマリラックス YANGYANG 代行⇒AKIKO	10:00~11:00 ハタリラックス AKIKO
	19:30~21:00 ジグザグクティヨー TAMAKI		18:30~19:15 アロマリラックス RIE	19:30~20:45 ジグザグクティヨ ビキナー TAMAKI	11:30~12:30 ハタフロー RIKA	11:30~12:30 ハタフロー TAMAKI
	21:30~22:30 アロマリラックス YANGYANG		19:45~20:45 ネトックスシェイ TAMAKI	21:15~22:15 ハタヨガ TAMAKI	13:30~14:40 エアリアルヨガ☺ TAMAKI	
			21:15~22:15 ハタヨガ TAMAKI	メンズヨガ(ゆるゆる) (女性もOK) MIDORI		
7 10:30~11:30 ハタヨガ YASUKO	8 10:00~11:00 ベーシックハタヨガ SAYA	9	10 10:30~11:30 ハタヨガ TAMAKI	11(山の日) 9:00~10:00 朝ヨガ しゅり	12	13
12:00~13:00 パワーヨガ よしみち	11:30~12:45 ヒップコンディショニング TAMAKI	10:30~11:40	12:00~13:00 ヴィンヤサ YANGYANG	10:30~11:30 アロマリラックス YANGYANG	お 盆 休 み 	
18:30~19:30 ハタヨガ MINA	18:30~19:15 LUNA YOGA (ムーンアロマセラピーヨガ) TAMAKI	ハタヨガ TOMOKO	18:30~19:15 パワーショット よしみち	12:00~13:00 ネトックススリム RIKA		
20:00~20:50 アロマリラックス KANA	19:45~21:00 ジグザグクティヨ TAMAKI	19:00~20:10 エアリアルヨガ☺ YANGYANG	19:45~20:45 ヒップコンディショニング RIKA			
21:15~22:15 陰ヨガ MIDORI ☺	21:30~22:30 アロマリラックス YANGYANG		21:15~22:15 ハタヨガ TAMAKI			
14	15	16	17 10:30~11:30 ハタヨガ TAMAKI	18 10:30~11:30 アロマリラックス YANGYANG	19 8:30~9:30 朝ヨガ TOMOKO	20 8:30~9:30 朝ヨガ MINA
お 盆 休 み 12(金)~16(水)までお休みします			12:00~13:00 ヴィンヤサ YANGYANG	12:00~13:00 ハタフロー RIKA	10:00~11:00 アロマリラックス YANGYANG	10:00~11:00 ハタリラックス KANA
			18:30~19:15 アロマリラックス RIE		11:30~12:30 ハタフロー RIKA	11:30~12:30 ハタフロー TAMAKI
			19:45~20:45 ネトックスシェイ RIKA	19:30~20:45 ジグザグクティヨ ビキナー TAMAKI		13:30~14:40 エアリアルヨガ TAMAKI☺
			21:15~22:15 ハタヨガ TAMAKI	21:15~22:15 メンズヨガ(かつい) (女性もOK) MIDORI		
21 10:30~11:30 ハタヨガ YASUKO	22 10:00~11:00 ベーシックハタヨガ SAYA	23	24 10:30~11:30 ハタヨガ TAMAKI	25 10:30~11:30 アロマリラックス YANGYANG	26 8:30~9:30 朝ヨガ TOMOKO	27 9:30~10:30 朝ヨガ KANA
12:00~13:00 ヨギックアーツ よしみち	11:30~12:45 ジグザグベーシック TAMAKI	10:30~11:40 ハタヨガ SAYAKA	12:00~13:00 ヴィンヤサ YANGYANG	12:00~13:00 ハタフロー RIKA 代行⇒AKIKO	10:00~11:00 アロマリラックス YANGYANG	11:00~12:00 ハタフロー TAMAKI
18:30~19:30 ハタヨガ MINA	18:30~19:15 LUNA YOGA (ムーンアロマセラピーヨガ) TAMAKI		18:30~19:15 ヨギックアーツ よしみち		11:30~12:30 ネトックススリム RIKA	12:30~13:30 ハタヨガ TOMOKO
20:00~20:50 アロマリラックス KANA	19:45~21:00 ジグザグクティヨ TAMAKI	19:00~20:10 エアリアルヨガ☺ RIKA	19:45~20:45 ヒップコンディショニング RIKA	19:30~20:45 ジグザグクティヨ ビキナー TAMAKI	13:00~14:00 ハタヨガ あかね	14:00~15:15 骨盤調整 MINA
21:15~22:15 陰ヨガ MIDORI ☺	21:30~22:30 アロマリラックス YANGYANG		21:15~22:15 ハタヨガ TAMAKI	21:15~22:15 メンズヨガ(ゆるゆる) (女性もOK) MIDORI		
28 10:30~11:30 ハタヨガ YASUKO	29 10:00~11:00 ベーシックハタヨガ SAYA	30	31 10:30~11:30 ハタヨガ TAMAKI	 8月も引続きエアリアルヨガ無料です!! M4、M8の会員様はスタンプなしでご参加いただけます		
12:00~13:00 ヴィンヤサ RIE	11:30~12:45 ネトックスシェイ TAMAKI	定 休 日	12:00~13:00 ヴィンヤサ YANGYANG			
18:30~19:30 ハタヨガ MINA			18:30~19:15 アロマリラックス RIE			
20:00~20:50 アロマリラックス KANA	19:30~21:00 ジグザグクティヨー TAMAKI		19:45~20:45 ヒップコンディショニング RIKA			
21:15~22:15 陰ヨガ MIDORI ☺	21:30~22:30 アロマリラックス YANGYANG		21:15~22:15 ハタヨガ TAMAKI			

※エアリアルと陰ヨガは常温のクラスになります☺

☎ 予約: 097-538-5035