

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

LO マーク=ローホット30度前後

☺ マーク=常温

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
						
<p>～黄土大理石の岩盤ホットヨガ～                  マイナスイオンたっぷりの黄土岩盤ヨガは、解毒、浄化作用に優れています。芯から温め良い汗をいっぱい流して、心も身体も整えてピカピカに！</p>						<p>1 9:00～10:00 朝ヨガ デンセグ/ティ・ヨガ MINA 10:40～11:40 ヨガティス (ヨガ+ピラティス) SATOMI</p>

2	3	4	5	6	7	8
10:00～11:00 ハタヨガ (代) ai	10:00～11:00 骨盤調整ヨガ TAMAKI	定休日	10:00～11:00 ハタヨガ TAMAKI	10:00～11:00 チャクラヨガ MAYUKI	9:00～10:00 朝ヨガ TAKAKO	9:00～10:00 朝ヨガ ゼロトニンヨガ MINA
18:30～19:30 骨盤調整ヨガ MINA	19:00～20:10 ジヴァムクティヨガ TAMAKI		18:30～19:30 アロマリラックス はるか	19:00～20:00 ネトックスシェイプ TAMAKI	10:40～11:40 アロマネトックスヨガ mana	10:40～11:40 アロマハタヨガ REI
20:00～21:00 ハタヨガ TAKAKO	20:40～21:40 リラックスヨガ Yuko LO		20:00～21:00 夜の/セットヨガ かおり	20:30～21:30 快眠アロマヨガ SATOMI	12:15～13:15 進化した陰ヨガ TAMAKI	
10:00～11:00 リラックスハタヨガ NIINO	10:00～11:00 ゆったりフロー TAMAKI		定休日	10:00～11:00 ハタヨガ YANGYANG	10:00～11:00 朝のストレッチヨガ TAKAKO	9:00～10:00 朝ヨガ (代)MASAKI
18:30～19:30 ハタヨガ MINA	19:00～20:10 ジヴァムクティヨガ TAMAKI	19:00～20:00 ハタヨガ はるか		19:00～20:00 進化した陰ヨガ TAMAKI LO	10:40～11:40 アロマネトックスヨガ mana	10:40～11:40 ヨガティス (ヨガ+ピラティス) SATOMI
20:00～21:00 アロマリラックス IKUMI	20:40～21:40 リラックスヨガ Yuko LO	20:45～21:45 LUNA YOGA ムーンアロマセラピーヨガ TAMAKI		20:30～21:30 快眠アロマヨガ SATOMI	12:15～13:15 進化した陰ヨガ TAMAKI	
10:00～11:00 骨盤調整ヨガ IKUMI	10:00～11:00 ポティアライメントヨガ TAMAKI	定休日		10:00～11:00 ハタヨガ TAMAKI	9:00～10:00 ハタヨガ MASAKI	9:00～10:00 朝ヨガ RIE
18:30～19:30 骨盤調整ヨガ MINA	19:00～20:10 ジヴァムクティヨガ TAMAKI		18:30～19:30 アロマリラックス はるか	10:40～11:40 チャクラヨガ MAYUKI	10:40～11:40 アロマネトックスヨガ mana	10:40～11:40 アロマハタヨガ REI
20:00～21:00 アロマリラックス TAKAKO	20:40～21:40 リラックスヨガ Yuko LO		13:30～14:00 オンラインRYT-200 ヨガ養成講座 説明会	20:00～21:00 夜の/セットヨガ かおり	12:15～13:15 進化した陰ヨガ TAMAKI	

☎:097-538-5035

続きは裏面へ

※ご予約は2週間先までとなります。

23	24	25	26	27	28	29	
10:00~11:00 ウエストシェイプヨガ ai	10:00~11:00 ゆったりフロー TAMAKI	定 休 日	10:00~11:00 ハタヨガ YANGYANG	10:00~11:00 朝のストレッチヨガ TAKAKO	9:00~10:00 朝ヨガ TAKAKO	春のイベント!(有料) 1部 10:45~12:00 2部 13:15~14:30  祈りの歌の 中でのYOGA ~SESSION 心と体の声が共鳴しあう~  莉乃、Noe, 千尋、TAMAKI	
18:30~19:30 ハタヨガ MINA	19:00~20:10 シヴァムクティヨガ TAMAKI		19:00~20:00 ハタヨガ はるか	19:00~20:00 骨盤調整ヨガ TAMAKI	10:40~11:40 アロマテトックスヨガ mana		12:15~13:15 進化した陰ヨガ TAMAKI
20:00~21:00 アロマリラックス IKUMI	20:40~21:40 リラックスヨガ Yuko LO		20:45~21:45 LUNA YOGA ムーンアロマセラピーヨガ TAMAKI	20:30~21:30 快眠アロマヨガ SATOMI			
10:00~11:00 ハタヨガ IKUMI	10:00~11:00 ゆったりフロー TAMAKI						
18:30~19:30 骨盤調整ヨガ MINA	19:00~20:10 シヴァムクティヨガ TAMAKI						
20:00~21:00 ハタヨガ TAKAKO	20:40~21:40 リラックスヨガ Yuko LO						

**ワクワクチケット**  
5回チケット  
13,800円 2ヶ月(有効期限)  
★11,000円 6ヶ月(有効期限)  
\*いずれも税込み

好評販売中!!



心と体の大浄化が起きます！  
詳細はフライヤー又は、ホーム  
ページをご覧ください。  
お早めに限りがございますので