

class=60 min



5 2018 May.

5月～の新しいレッスン

先生代行のお知らせ

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1 ■ 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara ■ 20:00- ストレッチヨガ②: Sagara	2 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ①: Saho ■ 10:30- ハタヨガ①: Yuka ■ 13:00- ピラティス : Yuka ■ 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai	3 憲法記念日 ■ 8:30- TODAY 朝ヨガ①: Sagara ■ 10:00- 骨盤ヨガ①: Mami ■ 20:00- デトックスヨガ②: Sagara	4 みどりの日	5 こどもの日 ■ 9:00- リラックスヨガ①: Saho ■ 11:00- ストレッチヨガ①: Sagara ■ 13:30- ストレッチヨガ②: Sagara	6 ■ 9:00- YOGA with aroma: Junko ■ 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi ■ 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi
7 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ②: Sagara ■ 19:30- ハタヨガ①: Saho	8 ■ 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara ■ 20:00- ストレッチヨガ②: Sagara	9 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ①: Saho ■ 10:30- ハタヨガ①: Yuka ■ 13:00- ピラティス : Yuka ■ 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai	10 ■ 8:30- TODAY 朝ヨガ①: Sagara ■ 10:00- 骨盤ヨガ①: Mami ■ 20:00- デトックスヨガ②: Sagara	11	12 ■ 9:00- リラックスヨガ①: Saho ■ 11:00- ストレッチヨガ①: Sagara ■ 13:30- ストレッチヨガ②: Sagara	13 ■ 9:00- YOGA with aroma: Junko ■ 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi ■ 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi
14 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ②: Sagara ■ 19:30- ハタヨガ①: Saho	15 ■ 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara ■ 20:00- ストレッチヨガ②: Mai	16 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ①: Saho ■ 10:30- ハタヨガ①: Yuka ■ 13:00- ピラティス : Yuka ■ 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai	17 ■ 8:30- TODAY 朝ヨガ①: Sagara ■ 10:00- 骨盤ヨガ①: Mami ■ 20:00- デトックスヨガ②: Sagara	18	19 ■ 9:00- リラックスヨガ①: Saho ■ 11:00- ストレッチヨガ①: Sagara ■ 13:30- ストレッチヨガ②: Sagara	20 ■ 9:00- YOGA with aroma: Junko ■ 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi ■ 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi
21 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ②: Sagara ■ 19:30- ハタヨガ①: Saho	22 ■ 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara ■ 20:00- ストレッチヨガ②: Sagara	23 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ①: Saho ■ 10:30- ハタヨガ①: Yuka ■ 13:00- ピラティス : Yuka ■ 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai	24 ■ 8:30- TODAY 朝ヨガ①: Sagara ■ 10:00- 骨盤ヨガ①: Mami ■ 20:00- デトックスヨガ②: Sagara	25	26 ■ 9:00- リラックスヨガ①: Saho ■ 11:00- ストレッチヨガ①: Saho ■ 13:30- ストレッチヨガ②: Saho	27 ■ 9:00- デトックスヨガ①~②: Mai ■ 11:00- ハタヨガ①: Mami ■ 13:00- ピラティス : Yuka
28 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ②: Sagara ■ 19:30- ハタヨガ①: Saho	29 ■ 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara ■ 20:00- ストレッチヨガ②: Sagara	30 ■ 8:00- TODAY 朝ヨガ①: Saho ■ 10:30- ハタヨガ①: Yuka ■ 13:00- ピラティス : Yuka ■ 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai	31 ■ 8:30- TODAY 朝ヨガ①: Sagara ■ 10:00- 骨盤ヨガ①: Mami ■ 20:00- デトックスヨガ②: Sagara			