



class=60 min



12 2018 Dec.

 時間変更のお知らせ

 TODAY ワークショップ

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
					<ul style="list-style-type: none"> 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 17:00- ストレッチヨガ①: Yukako 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- YOGA with aroma: Junko POWER CHARGE-75min 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi
3	4	5	6	7	8	9
<ul style="list-style-type: none"> 8:00- TODAY朝ヨガ②: Sagara 19:30- ハタヨガ①: Saho 	<ul style="list-style-type: none"> 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara 14:00- ハタヨガ①: Yuko 20:00- ストレッチヨガ②: Sagara 	<ul style="list-style-type: none"> 8:00- TODAY朝ヨガ①: 休講 13:00- ピラティス : Yuka 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 20:00- YOGA with aroma: Junko DEEP RELAX-75min 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- リラックスヨガ①: Saho 11:00- ストレッチヨガ①: Sagara 13:00- ストレッチヨガ②: Sagara 17:00- ストレッチヨガ①: Yukako 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- YOGA with aroma: Junko POWER CHARGE-75min 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi
10	11	12	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> 8:00- TODAY朝ヨガ②: Sagara 19:30- ハタヨガ①: Saho 	<ul style="list-style-type: none"> 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara 14:00- ハタヨガ①: Yuko 20:00- ストレッチヨガ②: Sagara 	<ul style="list-style-type: none"> 8:00- TODAY朝ヨガ①: Saho 13:00- ピラティス : Yuka 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 20:00- YOGA with aroma: Junko DEEP RELAX-75min 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- リラックスヨガ①: Saho 11:00- ストレッチヨガ①: Sagara 13:00- ストレッチヨガ②: Sagara 17:00- ストレッチヨガ①: Yukako 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- YOGA with aroma: Junko POWER CHARGE-75min 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi
17	18	19	20	21	22	23
<ul style="list-style-type: none"> 8:00- TODAY朝ヨガ②: Sagara 19:30- ハタヨガ①: Saho 	<ul style="list-style-type: none"> 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara 14:00- ハタヨガ①: Yuko 20:00- ストレッチヨガ②: Sagara 	<ul style="list-style-type: none"> 8:00- TODAY朝ヨガ①: Saho 13:00- ピラティス : Yuka 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 20:00- YOGA with aroma: Junko DEEP RELAX-75min 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- リラックスヨガ①: Saho 11:00- ストレッチヨガ①: Sagara 13:00- ストレッチヨガ②: Sagara 17:00- ストレッチヨガ①: 休講 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- YOGA with aroma: Junko POWER CHARGE-75min 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi
24 振替休日	25	26	27	28	29	30
<ul style="list-style-type: none"> 8:00- TODAY朝ヨガ②: Sagara 19:30- ハタヨガ①: Saho 	<ul style="list-style-type: none"> 10:00- ストレッチヨガ①: Sagara 14:00- ハタヨガ①: Yuko 20:00- ストレッチヨガ②: Sagara 	<ul style="list-style-type: none"> 8:00- TODAY朝ヨガ①: Saho 13:00- ピラティス : Yuka 19:30- デトックスヨガ①~②: Mai 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 20:00- YOGA with aroma: Junko DEEP RELAX-75min 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- リラックスヨガ①: Saho 11:00- ストレッチヨガ①: Sagara 13:00- ストレッチヨガ②: Sagara 17:00- ストレッチヨガ①: Yukako 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- YOGA with aroma: Junko POWER CHARGE-75min 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi
31	2019 1.1	2	3	4	5	6
					<ul style="list-style-type: none"> 9:00- リラックスヨガ①: Saho 11:00- ストレッチヨガ①: Sagara 13:00- ストレッチヨガ②: Sagara 17:00- ストレッチヨガ①: Yukako 	<ul style="list-style-type: none"> 9:00- YOGA with aroma: Junko POWER CHARGE-75min 11:00- ハタヨガ①: Yoshimi 13:00- ハタヨガ②: Yoshimi