

◆千種スタジオ◆4/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
	09:00 ★2	09:00 ★2				09:00 ★3	09:00 ★3
	モーニングリラックスヨガ SAKURA	モーニングプリージングヨガ kimmy				ボディバランスyoga MINA	目覚めのティアープストレッチヨガ kimmy
	10:00 ★3	10:00 ★3 NEW	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★3 NEW	10:00 ★3	10:00 ★2
	モーニングフロー☆ MIO	【4/29祝限定】パワーチャージヨガ 奈美	代謝アップ★デトックスヨガ JUNKO	汗かきヨガ miku	基礎体力UP! ヨガ 奈緒	ヘルシーボディ MINA	歪みを整える骨盤ヨガ kimmy
		10:00 ★3 NEW	11:00 ★2 NEW	11:00 ★3 NEW	11:00 ★3 NEW	11:00 ★2	
	【5/6祝限定】背中すっきりヨガ 奈緒	凝りとりほぐしヨガ JUN	【5/1限定・常温ROLL YOGA 60分特別クラス】※参加料1000円 MIO	【4/25限定・常温ROLL YOGA 60分特別クラス】体幹力UP! ロールヨガ※参加料1000円 MINA	全身スッキリリセットヨガ 京美		
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼				11:00 ★2 NEW			13:00 ★2 NEW
				【5/15限定】骨盤ほぐしヨガ JUNKO			【美容オイルヨガ】ツボ×リンパ爽快ヨガ※参加料300円 ミツエリ
							14:00 ★3 NEW
							自分を変えるヨガ ミツエリ
		17:00 ★2					
	【ROLL YOGA】ボディメンテ ※参加料500円 ミツエリ						
夜	18:00 ★3	18:00 ★3 NEW	18:00 ★2	18:00 ★3	18:00 ★2		
	ベーシックヨガ MINA	女性らしさを引き出すヨガ ミツエリ	【ROLL YOGA】 コンディショニング ※参加料500円 菜未	骨盤ボディメイク marie	【美容オイルヨガ】とろける エステヨガ※参加料300円 JUNKO		
	19:00 ★3	19:00 ★2 NEW	19:00 ★3	19:00 ★2	19:00 ★2		
	コアトレ&ストレッチヨガ MINA	股関節ヨガ 奈美	全身しなやかフローヨガ 菜未	リラックスストレッチヨガ marie	疲労回復ヨガ YUKI		
			20:00 ★2	20:00 ★2 NEW			
			凝り解消ストレッチヨガ MINA	ナイト☆ピラティス YOKO			
			21:00 ★2				
			ビューティ-メンテナンスヨガ MINA				

--	--	--	--	--	--	--	--