

◆一宮スタジオ◆10/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝						08:00 ★2	08:00 ★3
						フィーリング オブ ハピネス YUMI	リフレッシュヨガ MIHO
		09:00 ★2	09:00 ★3	09:00 ★3		09:00 ★3	09:00 ★2
		整えるピラティス MIHOKO	朝ヨガ AYA	モーニングリラックス Rena		シェイプフローヨガ まなみ	リセットヨガ MIHO
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★3 NEW	10:00 ★1	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★3
	巡りヨガ AYA	【よもぎ蒸しヨガ】リラッ クス※参加料¥1,000 Y.ジュンコ	【10/22限定】パワーヨガ Rena	【美容オイルヨガ】美腸巡り ヨガ※参加料¥300 まなみ	リフレッシュヨガ MIHO	腸デトックスヨガ まなみ	爽快フローヨガ AYA
	11:00 ★2 NEW			11:00 ★2 NEW	11:00 ★2		11:00 ★2
	【10/27限定・ROLL YOGA】身体ケア ※参加料¥500 AYA			◆10/23・11/13開催◆【常 温ROLL YOGA60分特別クラス】 ロールバック背中革命※参加料1 000円 Y.ジュンコ	【ROLL YOGA】ベーシック ※参加料¥500 Mikitty		【よもぎ蒸しチェアヨガ】温 めほぐし※参加料¥1000 AYA
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼	11:00 ★2 NEW						
	【11/3祝限定・美容オイルヨ ガ】肩こり・むくみ デトック スヨガ※参加料¥300 ちかこ						
						14:00 ★2	
						骨盤スリムヨガ Mikitty	
						15:00 ★2	
						【ROLL YOGA】ボディメンテ ※参加料¥500 Mikitty	
夜	18:15 ★3 NEW	18:15 ★2	18:15 ★4	18:15 ★2	18:15 ★3		
	【ROLL YOGA 】ロールでYoga !※参加料¥500 ミツエリ	リラックスフロー Rena	ダイエット AKEMI	【美容オイルヨガ】美肌×リ ンパヨガ ※参加料¥300 Rena	Music Style Yoga Megu		
	19:15 ★3	19:15 ★3	19:15 ★4	19:15 ★2	19:15 ★2		
	一歩前進フローヨガ ミツエリ	美活ヨガ Mikitty	ダイエット AKEMI	骨盤ケア Y.ジュンコ	【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		
	20:15 ★3 NEW	20:15 ★2 NEW	20:15 ★1	20:15 ★2	20:15 ★2		
	【11/17限定】フローピラテ イス	【11/11限定・美容オイルヨ ガ】体潤う女性ホルモンUPヨ ガ※参加料¥300	【美容オイルヨガ】キャンド ルナイト極上リンパケア※参 加料¥300	【よもぎ蒸しヨガ】おやすみ 前の毒出し※参加料¥1000	【ROLL YOGA】リラックス ※参加料500円		

	和歌子	まなみ	Y.ジュンコ	Y.ジュンコ	Mikitty		