

◆矢場町スタジオ◆6/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
朝	09:00 ★2 NEW 【7/14祝限定】朝のリフレッ シュヨガ tomomi				09:00 ★2 お腹やせ★腸活ヨガ JUNKO			
	10:00 ★3 骨盤調整&ウエストシェイプ kimmy		10:00 ★2 モーニングリラックスyoga ERIS		10:00 ★2 NEW 【7/18限定】ノビヨガ Shizuka			
			11:00 ★2 NEW 【6/25限定】ノビヨガ Shizuka			10:30 ★2 心と身体を癒す♪朝のリラッ クスヨガ 瑛里	10:30 ★3 ねじるヨガ miku	
						11:30 ★3 魅せる！しなやかボディピラ ティス 瑛里	11:30 ★1 【美容オイルヨガ】(アロマ) ほどけるヨガ※参加料300円 miku	
	祝日は午前クラスのみ開催します。							
	昼							
夜								
		18:45 ★4 脂肪燃焼ヨガ JUNKO		18:45 ★4 お腹引き締めトレーニング 瑛里				
		19:45 ★2 やさしいヨガ JUNKO		19:45 ★2 心と身体を癒すリラックスヨガ 瑛里				