

駒沢校 7st								
	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
11:00								11:00
12:00								12:00
13:00							12:20 Sayuri リンパドレナージュ ヨガ 運動量★	13:00
14:00	13:40 福島麻衣 ビューティーデトックス 運動量★★	13:40 Mikako 骨盤リラックスヨガ 運動量★	14:20 RYOKO アロマリラックスヨガ 運動量★	13:40 yukiko リラックスヨガ 運動量★	13:40 KIMI アロマリラックスヨガ 運動量★	*3/10スタート	13:40 栗原ゆい ビューティーデトックス 運動量★★	14:00
15:00					*3/8まで終了		15:00 KUMIKO 肩こり解消ヨガ 運動量★	15:00
16:00						15:10 Gauri ビューティーデトックス 運動量★★	16:20 yukiko 骨盤リラックスヨガ 運動量★	*4/7スタート
17:00						16:20 YOKO 肩こり解消ヨガ 運動量★	17:40 MAIKO アロマリラックスヨガ 運動量★	17:00
18:00	*3/11スタート							18:00
19:00	18:10 Ikuko ベシクヨガ 運動量★		18:10 KUMIKO ハタヨガ 運動量★			17:40 Takanbo ハタヨガ 運動量★		19:00
20:00			19:20 Haruka ストレッチヨガ 運動量★	19:20 片野瑛子 ビューティーデトックス 運動量★★	19:20 Miki アロマリラックスヨガ 運動量★	*3/9スタート		20:00
21:00	20:40 Takanbo 骨盤リラックスヨガ 運動量★	20:40 KIMI アロマリラックスヨガ 運動量★	20:40 水藤祐子 パワーヨガ 運動量★★★	20:40 吉見悦子 アンチエイジングヨガ				21:00
			*3/13スタート					

※当スタジオではマタニティヨガのレッスンは行っておりません。万が一を考え、妊娠されている方、その可能性のある方の受講はお断りいたしております。ご了承ください。
※ヨガ、ピラティスのレベル表記のないクラスは、経験未経験関係なく受講できます。※ヨガ・ピラティスのご予約優先となっております。