

# 川越スタジオ 5月スケジュール

\*入店及び受付はレッスン開始30分前～（平日20：15～のレッスンは開始20分前～）とさせていただきます\*

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
<b>★</b> : 体験レッスンおすすめ(初心者さま向け)クラス <span style="background-color: #FFC0CB;"> </span> : ホットヨガ(室温37℃～38℃/湿度50%～60%) <span style="background-color: #FFFFE0;"> </span> : ナチュラルホット(室温34℃～35℃/湿度40%～50%) <span style="background-color: #E0FFE0;"> </span> : 床暖房(常温)  ・担当インストラクターやレッスンは都合により変更する場合があります。 ・スタジオ内の除菌・清掃・換気を行うため、温度・湿度が通常より低くなる場合があります。		11:00 リンバヨガ★ AYANA	11:00 免疫カアップヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ AYANA	休講日	11:00 ナチュラルフロー★ MIHO
		14:00 ベーシック★ AKI	14:00 ナチュラルフロー★ YUUKA	13:00 ウエスト引締めヨガ MIHO		13:00 レベル2 MOMO
		18:30 ナチュラルフロー★ YUUKA	18:30 レベル2ライト MOMO	15:00 リラックスヨガ★ MIHO		15:00 免疫カアップヨガ★ YUUKA
		20:15 免疫カアップヨガ★ YUUKA	20:15 ベーシック★ AKI	17:00 アロマヨガ★ MIHO		17:00 やさしいピラティス★ MOMO
6	7	8	9	10	11	12
11:00 ベーシック★ AKI	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	休講日	11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ MIHO	11:00 アロマヨガ★ MIHO	11:00 免疫カアップヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ YUUKA
13:00 燃焼フロー MIHO	14:00 新月ヨガ MIHO		14:00 リンバヨガ★ MIHO	14:00 ベーシック★ AKI	13:00 下半身引き締めヨガ MIHO	13:00 レベル3(75) MOMO
15:00 フローライト(45)★ YUUKA	18:30 ベーシック★ AKI		18:30 ウエスト引締めヨガ MIHO	18:30 ナチュラルフロー★ YUUKA	15:00 ベーシック★ AKI	15:00 ピラティス 初中級 MOMO
17:00 ナチュラルフロー★ YUUKA	20:15 免疫カアップヨガ★ YUUKA		休 講	20:15 アロマヨガ★ MOMO	17:00 リンバヨガ★ MIHO	17:00 筋膜リリース&ストレッチ★ MOMO
13	14	15	16	17	18	19
			休講日			9:30 モーニングヨガ(45)★ MOMO
11:00 リンバヨガ★ MIHO	11:00 免疫カアップヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ MIHO		11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 ナチュラルフロー★ MIHO	11:00 ピラティス 中級 MOMO
14:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO	14:00 アロマヨガ★ MIHO	14:00 ウエスト引締めヨガ MIHO		14:00 ナチュラルフロー★ MIHO	13:00 燃焼フロー MIHO	13:00 レベル2 MIHO
18:30 レベル2ライト YUUKA	18:30 リラックスヨガ★ YUUKA	18:30 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO		18:30 ベーシック★ AKI	15:00 ベーシック★ AKI	15:00 ナチュラルフロー★ YUUKA
20:15 ナチュラルフロー★ YUUKA	20:15 ベーシック★ AKI	休 講		20:15 アロマヨガ★ MOMO	17:00 リンバヨガ★ AYANA	17:00 ベーシック★ AKI
20	21	22	23	24	25	26
11:00 アロマヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ MIHO	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 リンバヨガ★ MIHO	休講日	11:00 免疫カアップヨガ★ YUUKA	11:00 ベーシック★ YUUKA
14:00 下半身引き締めヨガ MIHO	14:00 肩こり解消ヨガ(45)★ MIHO	14:00 ナチュラルフロー★ MIHO	14:00 満月ヨガ MIHO		13:00 レベル2ライト YUUKA	13:00 レベル3(75) MOMO
18:30 フローライト(45)★ YUUKA	18:30 ウエスト引締めヨガ MIHO	18:30 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	18:30 ナチュラルフロー★ YUUKA		15:00 リンバヨガ★ AYANA	15:00 アロマヨガ★ MOMO
20:15 免疫カアップヨガ★ YUUKA	休 講	20:15 ベーシック★ AKI	20:15 リラックスヨガ★ YUUKA		17:00 ベーシック★ AYANA	17:00 ピラティス 初級★ MOMO
27	28	29	30	31		
11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ MIHO	休講日	11:00 ベーシック★ AKI	11:00 リンバヨガ★ MIHO	LINEより、ご予約・キャンセル・ キャンセル待ちが可能です！ お友だち登録をお願いします！	
14:00 ナチュラルフロー★ MIHO	14:00 燃焼フロー MIHO		14:00 アロマヨガ★ MIHO	14:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO		
18:30 ベーシック★ AKI	18:30 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI		18:30 レベル2ライト YUUKA	18:30 免疫カアップヨガ★ YUUKA		
休 講	20:15 リラックスヨガ★ YUUKA		20:15 ナチュラルフロー★ MOMO	20:15 ベーシック★ AKI		