

# 川越スタジオ 6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 1	日 2	
						9:30 モーニングヨガ(45)★ MOMO	
					11:00 ナチュラルフロー★ MIHO	11:00 やさしいピラティス★ MOMO	
					13:00 ウエスト引締めヨガ MIHO	13:00 レベル2 YUUKA	
					15:00 ベーシック★ AKI	15:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	
					17:00 リンパヨガ★ AYANA	17:00 ベーシック★ AKI	
					8	9	
3	4	5		6	7	8	
11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 ストレッチ&ピラティス★ MOMO	休講日		11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	11:00 アロマヨガ★ MIHO	11:00 免疫力アップヨガ★ MIHO	
14:00 リンパヨガ★ MIHO	14:00 ウエスト引締めヨガ MIHO			14:00 新月ヨガ 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
18:30 ベーシック★ AKI	18:30 ナチュラルフロー★ YUUKA			18:30 アロマヨガ★ MOMO	18:30 レベル2ライト YUUKA	15:00 リンパヨガ★ AYANA	15:00 ナチュラルフロー★ YUUKA
20:15 免疫力アップヨガ★ YUUKA	休 講			20:15 リラックスヨガ★ YUUKA	20:15 ナチュラルフロー★ MOMO	17:00 ベーシック★ AKI	17:00 ピラティス 初級★ MOMO
10	11	12	13	14	15	16	
					9:30 ピラティス 中級 MOMO		
11:00 ナチュラルフロー★ MIHO	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ MIHO	休講日		11:00 免疫力アップヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ AKI	
14:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO	14:00 下半身引き締めヨガ MIHO	14:00 リンパヨガ★ MIHO			14:00 アロマヨガ★ MIHO	13:00 燃焼フロー MIHO	13:00 レベル2 YUUKA
18:30 ベーシック★ AKI	18:30 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	18:30 ナチュラルフロー★ YUUKA			18:30 ベーシック★ AKI	15:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	15:00 リラックスヨガ★ YUUKA
20:15 アロマヨガ★ MOMO	休 講	20:15 リラックスヨガ★ YUUKA			20:15 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	17:00 アロマヨガ★ MIHO	17:00 ベーシック★ AKI
17	18	19	20	21	22	23	
休講日		11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ MIHO	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 リンパヨガ★ MIHO	11:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO	11:00 免疫力アップヨガ★ MIHO	
		14:00 燃焼フロー MIHO	14:00 ナチュラルフロー★ MIHO	14:00 ベーシック★ MIHO	14:00 満月ヨガ MIHO	13:00 ウエスト引締めヨガ MIHO	13:00 レベル3(75) MOMO
		18:30 ベーシック★ AKI	18:30 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	18:30 ナチュラルフロー★ MOMO	18:30 レベル2ライト YUUKA	15:00 リンパヨガ★ AYANA	15:00 ナチュラルフロー★ (MOMO)
		20:15 リラックスヨガ★ YUUKA	休 講	20:15 免疫力アップヨガ★ YUUKA	20:15 アロマヨガ★ MOMO	17:00 ベーシック★ AKI	17:00 やさしいピラティス★ MOMO
24	25	26	27	28	29	30	
11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ MIHO	11:00 ナチュラルフロー★ MIHO	11:00 免疫力アップヨガ★ MIHO	休講日		11:00 ピラティス 初級★ MOMO	
14:00 リンパヨガ★ MIHO	14:00 ウエスト引締めヨガ MIHO	14:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO	14:00 アロマヨガ★ MIHO			13:00 下半身引き締めヨガ MIHO	13:00 レベル2 MOMO
18:30 ベーシック★ AKI	18:30 ナチュラルフロー★ YUUKA	18:30 レベル2ライト YUUKA	18:30 リンパヨガ★ (MIHO)			15:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	15:00 ベーシック★ (MOMO)
20:15 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	20:15 リラックスヨガ★ YUUKA	20:15 免疫力アップヨガ★ YUUKA	休 講			17:00 ベーシック★ AYANA	17:00 筋膜リリース&ストレッチ★ MOMO

- ★ : 体験レッスンおすすめ(初心者さま向け)クラス
- : ホットヨガ(室温37℃~38℃/湿度50%~60%)
- : ナチュラルホット(室温34℃~35℃/湿度40%~50%)
- : 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。

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！

