

川越スタジオ 4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 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6
		休講日				9:30 モーニングヨガ(45)★ YUUKA
	11:00 ベーシック★ ERIKA		11:00 免疫カアップヨガ★ MIHO	11:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO	11:00 アロマヨガ★ AKI	11:00 ベーシック★ AYANA
	14:00 ナチュラルフロー★ MIHO		14:00 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	14:00 リンパヨガ★ MIHO	13:00 下半身引き締めヨガ MIHO	13:00 レベル2 MOMO
	18:30 リンパヨガ★ SATSUKI		18:30 ベーシック★ MAYU	18:30 アロマヨガ★ ERIKA	15:00 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	15:00 免疫カアップヨガ★ AKI
	20:15 骨盤矯正ヨガ(45)★ SATSUKI		20:15 ナチュラルフロー★ YUUKA	20:15 リラックスヨガ★ SATSUKI	17:00 ベーシック★ SATSUKI	17:00 やさしいピラティス★ MOMO
7	8	9	10	11	12	13
11:00 ベーシック★ AKI	11:00 アロマヨガ★ ERIKA	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 ナチュラルフロー★ YUUKA	休講日	11:00 免疫カアップヨガ★ AKI	11:00 ベーシック★ MAYU
14:00 リンパヨガ★ MIHO	14:00 ウエスト引締めヨガ MIHO	14:00 肩こり解消ヨガ(45)★ MIHO	14:00 W.S.若返りヨガ(90)★ MIHO		13:00 燃焼フロー MIHO	13:00 レベル3 (75) MOMO
18:30 ナチュラルフロー★ SATSUKI	18:30 骨盤矯正ヨガ(45)★ SATSUKI	18:30 アロマヨガ★ ERIKA	18:30 レベル2ライト SATSUKI		15:00 リンパヨガ★ AYANA	15:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI
20:15 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	20:15 リンパヨガ★ SATSUKI	20:15 免疫カアップヨガ★ YUUKA	20:15 ベーシック★ MAYU		17:00 ベーシック★ ERIKA	17:00 ピラティス 初級★ MOMO
14	15	16	17	18	19	20
	休講日					9:30 モーニングヨガ(45)★ YUUKA
11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI		11:00 免疫カアップヨガ★ MIHO	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ MIHO	11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	11:00 ベーシック★ MOMO
14:00 満月ヨガ MIHO		14:00 アロマヨガ★ MIHO	14:00 ナチュラルフロー★ MIHO	14:00 下半身引き締めヨガ MIHO	13:00 レベル2ライト YUUKA	13:00 レベル2 YUUKA
18:30 リンパヨガ★ SATSUKI		18:30 骨盤矯正ヨガ(45)★ SATSUKI	18:30 免疫カアップヨガ★ YUUKA	18:30 ウエスト引締めヨガ SATSUKI	15:00 ベーシック★ AKI	15:00 リンパヨガ★ AYANA
20:15 ベーシック★ ERIKA		20:15 リラックスヨガ★ YUUKA	20:15 アロマヨガ★ SATSUKI	休講	17:00 リラックスヨガ★ YUUKA	17:00 ピラティス 初中级 MOMO
21	22	23	24	25	26	27
11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	11:00 ベーシック★ ERIKA	休講日	11:00 免疫カアップヨガ★ MIHO	11:00 アロマヨガ★ AKI	11:00 ベーシック★ MAYU
14:00 リンパヨガ★ MIHO	14:00 燃焼フロー MIHO	14:00 ナチュラルフロー★ MIHO		14:00 アロマヨガ★ ERIKA	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★ SATSUKI	18:30 アロマヨガ★ ERIKA	18:30 レベル2ライト YUUKA		18:30 ナチュラルフロー★ SATSUKI	15:00 リンパヨガ★ AYANA	15:00 筋膜リリース&ストレッチ★ MOMO
20:15 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	20:15 リラックスヨガ★ SATSUKI	20:15 リンパヨガ★ SATSUKI		20:15 やさしいピラティス★ YUUKA	17:00 ベーシック★ ERIKA	17:00 免疫カアップヨガ★ AKI
28	29	30	<p>★ : 体験レッスンおすすめ(初心者さま向け)クラス</p> <p>： ホットヨガ(室温37℃～38℃/湿度50%～60%)</p> <p>： ナチュラルホット(室温34℃～35℃/湿度40%～50%)</p> <p>： 床暖房(常温)</p> <p>・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。</p> <p>・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。</p>			
11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	11:00 免疫カアップヨガ★ AKI	11:00 アロマヨガ★ ERIKA				
14:00 新月ヨガ MIHO	13:00 下半身引き締めヨガ MIHO	14:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO				
18:30 免疫カアップヨガ★ YUUKA	15:00 W.S.バリエーション★ YUUKA	18:30 ナチュラルフロー★ SATSUKI				
20:15 骨盤矯正ヨガ(45)★ SATSUKI	17:00 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	20:15 リラックスヨガ★ YUUKA				

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！

