

# 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	
<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>		<p>LINEより、ご予約・キャンセル・キャンセル待ちが可能です！</p> <p>お友だち登録をお願いします！</p> 	休講日			9:30 モーニングヨガ(45)★ YUUKA	
					11:00 ベーシック★ MAYU	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	13:00 下半身引き締めヨガ MIHO	13:00 レベル2 MOMO
					18:30 レベル2ライト YUUKA	15:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ SATSUKI	15:00 リンパヨガ★ AYANA
					20:15 アロマヨガ★ ERIKA	17:00 ベーシック★ ERIKA	17:00 ピラティス初中級 MOMO
5	6	7	8	9	10	11	
11:00 ナチュラルフロー★ YUUKA	11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	休講日	11:00 やさしいピラティス★ YUUKA	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 アロマヨガ★ AKI	11:00 ベーシック★ ERIKA	
13:00 レベル2ライト SATSUKI	13:00 燃焼フロー MIHO		14:00 アロマヨガ★ MIHO	14:00 ベーシック★ ERIKA	13:00 ウエスト引締めヨガ MIHO	13:00 レベル3 (75) MOMO	
15:00 W.S.アクロヨガで遊ぼう♪ MIHO	15:00 ベーシック★ SATSUKI		18:30 ベーシック★ ERIKA	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	
17:00 アロマヨガ★ AKI	17:00 リラックスヨガ★ MIHO		20:15 骨盤矯正ヨガ(45)★ SATSUKI	20:15 免疫カアップヨガ★ YUUKA	17:00 ベーシック★ AKI	17:00 免疫カアップヨガ★ AKI	
12	13	14	15	16	17	18	
11:00 リンパヨガ★ MIHO	11:00 免疫カアップヨガ★ YUUKA	11:00 ベーシック★ ERIKA	11:00 アロマヨガ★ ERIKA	休講日	11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	11:00 ベーシック★ AYANA	
14:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	14:00 満月ヨガ MIHO	14:00 下半身引き締めヨガ MIHO	14:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO		13:00 燃焼フロー MIHO	13:00 レベル2 YUUKA	
18:30 ナチュラルフロー★ SATSUKI	18:30 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	18:30 リンパヨガ★ SATSUKI	18:30 ウエスト引締めヨガ SATSUKI		15:00 ナチュラルフロー★ SATSUKI	15:00 アロマヨガ★ AKI	
20:15 アロマヨガ★ ERIKA	20:15 ベーシック★ MAYU	休講	20:15 リラックスヨガ★ YUUKA		17:00 ベーシック★ ERIKA	17:00 やさしいピラティス★ YUUKA	
19	20	21	22	23	24	25	
	休講日					9:30 モーニングヨガ(45)★ MOMO	
11:00 ナチュラルフロー★ MIHO		11:00 アロマヨガ★ ERIKA	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 ベーシック★ ERIKA	11:00 免疫カアップヨガ★ AKI	11:00 ベーシック★ AYANA	
14:00 免疫カアップヨガ★ AKI		14:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ MIHO	14:00 リンパヨガ★ MIHO	14:00 ウエスト引締めヨガ MIHO	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★ MAYU		18:30 リラックスヨガ★ SATSUKI	18:30 ナチュラルフロー★ SATSUKI	18:30 レベル2ライト YUUKA	15:00 骨盤矯正ヨガ(45)★ SATSUKI	15:00 肩こり解消ヨガ(45)★ AKI	
20:15 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA		20:15 やさしいピラティス★ YUUKA	20:15 アロマヨガ★ ERIKA	休講	17:00 ベーシック★ ERIKA	17:00 ピラティス 初級★ MOMO	
26	27	28	29	30	31		
休講日	11:00 ベーシック★ ERIKA	11:00 リラックスヨガ★ MIHO	11:00 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA	11:00 免疫カアップヨガ★ MIHO	11:00 アロマヨガ★ AKI		
	14:00 新月ヨガ MIHO	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★ ERIKA	13:00 ウエスト引締めヨガ SATSUKI		
	18:30 ウエスト引締めヨガ SATSUKI	18:30 アロマヨガ★ ERIKA	18:30 リラックスヨガ★ SATSUKI	20:15 骨盤矯正ヨガ(45)★ SATSUKI	15:00 肩こり解消ヨガ(45)★ ERIKA		
	20:15 リンパヨガ★ SATSUKI	20:15 レベル2ライト YUUKA	20:15 ベーシック★ MAYU	20:15 ナチュラルフロー★ YUUKA	17:00 ベーシック★ ERIKA		