

高崎スタジオ 1月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
入店及び受付はレッスン開始30分前～（10時～レッスンは開始15分前～）となります。 ★ 体験おすすめクラス ：ホットヨガ（室温37～38℃/湿度50～60%） ：ナチュラルホット（室温30～32℃/湿度40～50%） ：常温（冬季のみ床暖房） ・担当の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ございます。 ・換気による外気の影響により、温度・湿度が異なる場合がございます。				1/4～通常営業 本年も宜しくお願い致します。		10:00 ピラティス★ Ake 12:00 レベル3 Haruka 14:00 レベル1★ Hirari
5	6	7	8	9	10	11
10:00 ピラティス★ Ake	11:00 レベル2★ Miki			10:00 レベル1★ Haruka	10:00 レベル2★ Miki	
11:30 レベル4 Haruka	15:00 レベル1★ Haruka	11:00 NH2★ Miki	11:00 レベル0★ Miki	11:30 レベル3 Miki	12:00 レベル3 Haruka	11:00 アロマヨガ★ Ake
休 講	18:30 レベル3 Hirari	15:00 レベル3 Mari	15:00 レベル2★ Haruka	15:00 レベル0★ Miki	14:00 NHルーシー★ Ayumi	13:00 レベル4 Hirari
19:00 レベル2★ Ayumi	20:00 NH2★ Ayumi	19:00 レベル0★ Ayumi	19:00 レベル1★ Hirari	19:00 NH1★ Mari		15:00 レベル0★ Ayumi
12	13	14	15	16	17	18
10:00 ピラティス★ Ake	10:00 NH1★ Mari			10:00 レベル1★ Haruka		
12:00 NH4 Ayumi	11:30 レベル4 Miki	11:00 新月ヨガ★ Miki	11:00 レベル2★ Miki	11:30 レベル3 Miki	11:00 レベル0★ Miki	11:00 NH2★ Misao
14:00 レベル1★ Haruka	15:00 レベル1★ Hirari	15:00 レベル2★ Mari	15:00 レベル3 Haruka	15:00 レベル0★ Ayumi	13:00 レベル4 Ayumi	13:00 レベル3 Mari
	19:00 レベル0★ Ayumi	19:00 ピラティス★ Ake	19:00 レベル1★ Hirari	19:00 レベル2★ Mari	15:00 ピラティス★ Ake	15:00 レベル1★ Ayumi
19	20	21	22	23	24	25
10:00 レベル4 Haruka	10:00 ピラティス★ Ake	10:00 モーニング★ Miki	休館日	10:00 NH2★ Mari	10:00 モーニング★ Miki	休館日
11:30 NH1★ Miki	11:30 レベル2★ Miki	11:30 レベル1★ Haruka		11:30 レベル3 Haruka	12:00 レベル3 Ayumi	
15:00 レベル0★ Miki	15:00 NH2★ Hirari	休 講		15:00 レベル1★ Miki	14:00 レベル1★ Haruka	
19:00 ピラティス★ Ake	19:00 レベル3 Mari	19:00 レベル0★ Ayumi		19:00 レベル2★ Mari		
26	27	28	29	30	31	
10:00 レベル4 Haruka	11:00 ピラティス★ Ake	10:00 NH1★ Mari		10:00 レベル1★ Haruka	10:00 レベル4 Miki	
11:30 レベル0★ Miki	15:00 レベル2★ Miki	11:30 レベル3 Miki	11:00 レベル2★ Mari	11:30 NH4 Miki	12:00 レベル2★ Haruka	
15:00 NH2★ Miki	18:30 レベル3 Ayumi	休 講	15:00 レベル3 Haruka	15:00 レベル0★ Miki	14:00 ピラティス★ Ake	
19:00 ピラティス★ Ake	20:00 レベル1★ Hirari		19:00 満月ヨガ★ Hirari	19:00 レベル2★ Mari		