

伊勢崎スタジオ 2月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
						1
入店及び受付はレッスン開始30分前～（10:15～レッスンは開始15分前～）						
<p>★ 体験おすすめクラス</p> <p>：ホットヨガ（室温37～38°C/湿度50～60%）</p> <p>：ナチュラルホット（室温30～32°C/湿度40～50%）</p> <p>：常温（冬季のみ床暖房）</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ございます。</p> <p>・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。</p>						
2	3	4	5	6	7	8
11:00～ 12:00 満月ヨガ★ Mei	11:00～ 12:00 レベル1★ Mei	11:00～ 12:00 レベル2★ Kozue	11:00～ 12:00 レベル4 Mei	11:00～ 12:00 レベル1★ Kozue	11:00～ 12:00 レベル2★ Hifumi	11:00～ 12:00 レベル0★ Manami
	13:00～ 14:00 ゆったりヨガ★ Manami		13:00～ 14:00 レベル1★ Kozue	13:00～ 13:45 肩こり解消★ Mei	13:00～ 14:00 リフレッシュ Mei	13:00～ 14:00 レベル3 Hifumi
15:00～ 16:00 レベル1★ Manami	15:00～ 16:00 レベル2★ Manami	15:00～ 16:00 レベル0★ Manami	15:00～ 16:00 NH2★ Mei	15:00～ 16:00 レベル3 Mei	15:00～ 16:00 レベル1★ Hifumi	15:00～ 16:00 ゆったりヨガ★ Manami
18:15～ 19:00 肩こり解消★ Hifumi	19:00～ 20:00 レベル3 Hifumi	18:15～ 19:00 美尻ヨガ★ Hifumi		18:15～ 19:00 レベル1S★ Manami		
19:30～ 20:30 レベル2★ Hirari		19:30～ 20:30 レベル1★ Hirari		19:30～ 20:30 レベル0★ Manami		
9	10	11	12	13	14	15
11:00～ 12:00 レベル2★ Kozue	11:00～ 12:00 レベル1★ Kozue	11:00～ 12:00 ゆったりヨガ★ Manami	11:00～ 12:00 レベル3 Mei	11:00～ 12:00 リフレッシュ Mei	11:00～ 12:00 レベル1★ Mei	
	13:00～ 14:00 レベル0★ Manami	13:00～ 14:00 レベル3 Mei	13:00～ 14:00 ゆったりヨガ★ Manami	13:00～ 13:45 レベル1S★ Manami	13:00～ 14:00 引締め(上) Hifumi	
15:00～ 16:00 月ヨガ★ Mei	15:00～ 16:00 NH1★ Hifumi	15:00～ 16:00 レベル1★ Mei	15:00～ 16:00 レベル2★ Hifumi	15:00～ 16:00 レベル0★ Manami	15:00～ 16:00 レベル2★ Hifumi	
18:15～ 19:00 レベル1S★ Hifumi	19:00～ 20:00 レベル1★ Hifumi		19:00～ 20:00 キャンドル★ Hifumi	18:15～ 19:00 肩こり解消★ Hifumi		
19:30～ 20:30 レベル3 Hirari				19:30～ 20:30 レベル4 Hifumi		
16	17	18	19	20	21	22
11:00～ 12:00 キャンドル★ Kozue	11:00～ 12:00 新月ヨガ★ Mei	11:00～ 12:00 レベル1★ Kozue	11:00～ 12:00 レベル4 Mei	11:00～ 12:00 レベル2★ Kozue	11:00～ 12:00 レベル0★ Hifumi	11:00～ 12:00 ゆったりヨガ★ Mei
	13:00～ 14:00 レベル1★ Manami		13:00～ 14:00 レベル1★ Mei	13:00～ 13:45 美尻ヨガ★ Mei	13:00～ 14:00 NH4 Hifumi	13:00～ 14:00 レベル4 Mei
15:00～ 16:00 レベル1★ Mei	15:00～ 16:00 レベル2★ Hifumi	15:00～ 16:00 ゆったりヨガ★ Manami	15:00～ 16:00 レベル0★ Manami	15:00～ 16:00 レベル3 Mei	15:00～ 16:00 レベル1★ Mei	15:00～ 16:00 レベル2★ Hirari
18:15～ 19:00 骨盤矯正★ Manami	19:00～ 20:00 新月ヨガ★ Hifumi	18:15～ 19:00 骨盤矯正★ Hifumi	19:00～ 20:00 ゆったりヨガ★ Manami	18:15～ 19:00 レベル1S★ Manami		
19:30～ 20:30 レベル1★ Hirari		19:30～ 20:30 レベル3 Hirari		19:30～ 20:30 レベル2★ Manami		
23	24	25	26	27	28	
休館日	11:00～ 12:00 月ヨガ★ Mei	11:00～ 12:00 レベル1★ Kozue	11:00～ 12:00 レベル2★ Kozue	11:00～ 12:00 キャンドル★ Kozue	11:00～ 12:00 ゆったりヨガ★ Manami	
	13:00～ 14:00 ゆったりヨガ★ Manami		13:00～ 14:00 レベル1★ Mei	13:00～ 13:45 骨盤矯正★ Mei	13:00～ 14:00 引締め(下) Hifumi	
	15:00～ 16:00 レベル1★ Manami	15:00～ 16:00 レベル0★ Manami	15:00～ 16:00 ゆったりヨガ★ Manami	15:00～ 16:00 レベル2★ Mei	15:00～ 16:00 レベル0★ Manami	
	19:00～ 20:00 月ヨガ★ Hifumi	18:15～ 19:00 美尻ヨガ★ Hifumi	19:00～ 20:00 レベル2★ Manami	18:15～ 19:00 レベル1S★ Hifumi		
		19:30～ 20:30 レベル1★ Hirari		19:30～ 20:30 レベル4 Hirari		