

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

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！

