

# 伊勢崎スタジオ 6月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日	
1	2	3	4	5	6	7	
11:00~ NH2★ 12:00 Mei	11:00~ レベル1★ 12:00 Kozue	休館日	11:00~ ビラティス★ 12:00 Ake	11:00~ レベル4 12:00 Mei	休館日	11:00~ レベル1★ 12:00 Hifumi	
	13:00~ レベル2★ 14:00 Mei		13:00~ レベル0★ 14:00 Mei	13:00~ ゆったりヨガ★ 14:00 Mei		13:00~ ゆったりヨガ★ 14:00 Mei	13:00~ NH1★ 14:00 Hifumi
15:00~ レベル0★ 16:00 Mei	15:00~ ゆったりヨガ★ 16:00 Mei		15:00~ レベル1★ 16:00 Mei	15:00~ レベル2★ 16:00 Hifumi		15:00~ レベル2★ 16:00 Hifumi	15:00~ レベル3 16:00 Mei
18:15~ レベル1S★ 19:00 Hifumi				17:00~ キャンドル★ 18:00 Hifumi		17:00~ キャンドル★ 18:00 Hifumi	17:00~ レベル0★ 18:00 Mei
19:30~ NH3 20:30 Hifumi	19:00~ レベル1★ 20:00 Hifumi		19:30~ レベル2★ 20:30 Hifumi	19:00~ レベル0★ 20:00 Hirari		19:00~ レベル0★ 20:00 Hirari	
8	9	10	11	12	13	14	
11:00~ レベル2★ 12:00 Kozue	休館日	11:00~ キャンドル★ 12:00 Kozue	11:00~ ゆったりヨガ★ 12:00 Mei	11:00~ レベル1★ 12:00 Mei	11:00~ レベル2★ 12:00 Kozue	11:00~ ゆったりヨガ★ 12:00 Mei	
		15:00~ 月ヨガ★ 16:00 Mei	13:00~ レベル1★ 14:00 Kozue	13:00~ レベル2★ 14:00 Kozue	13:00~ レベル4 14:00 Hifumi	13:00~ レベル1★ 14:00 Mei	
15:00~ 月ヨガ★ 16:00 Mei		15:00~ レベル2★ 16:00 Kozue	15:00~ レベル3 16:00 Mei	15:00~ レベル0★ 16:00 Mei	15:00~ レベル0★ 16:00 Mei	15:00~ レベル5 16:15 Hifumi	
18:15~ レベル1S★ 19:00 Hifumi		18:15~ 骨盤矯正★ 19:00 Hifumi	休講		19:00~ NH2★ 20:00 Hirari	17:00~ レベル0★ 18:00 Hifumi	
19:30~ ゆったりヨガ★ 20:30 Hifumi		19:30~ レベル3 20:30 Hifumi		19:00~ NH2★ 20:00 Hirari			
15	16	17	18	19	20	21	
11:00~ 月ヨガ★ 12:00 Mei	11:00~ レベル2★ 12:00 Kozue	休館日	11:00~ ビラティス★ 12:00 Ake	11:00~ レベル2★ 12:00 Kozue	11:00~ レベル1★ 12:00 Kozue	11:00~ レベル0★ 12:00 Hifumi	
	13:00~ リフレッシュ 14:00 Mei		13:00~ レベル2★ 14:00 Mei	13:00~ ゆったりヨガ★ 14:00 Mei	13:00~ NH3 14:00 Mei	13:00~ 引締め(上) 14:00 Hifumi	
15:00~ レベル1★ 16:00 Mei	15:00~ ゆったりヨガ★ 16:00 Hifumi		15:00~ レベル0★ 16:00 Hifumi	15:00~ NH2★ 16:00 Mei	15:00~ レベル2★ 16:00 Mei	15:00~ ゆったりヨガ★ 16:00 Mei	
18:15~ 美尻ヨガ★ 19:00 Hifumi				17:00~ レベル0★ 18:00 Hifumi			
19:30~ 月ヨガ★ 20:30 Hifumi	19:00~ レベル1★ 20:00 Hifumi		19:30~ NH1★ 20:30 Hifumi	19:00~ レベル1★ 20:00 Hifumi			
22	23	24	25	26	27	28	
11:00~ レベル1★ 12:00 Kozue	11:00~ キャンドル★ 12:00 Kozue	11:00~ レベル2★ 12:00 Kozue	休館日	11:00~ レベル1★ 12:00 Kozue	11:00~ キャンドル★ 12:00 Kozue	11:00~ レベル1★ 12:00 Hifumi	
	13:00~ レベル0★ 14:00 Mei			13:00~ リフレッシュ 14:00 Mei	13:00~ 引締め(下) 14:00 Hifumi	13:00~ レベル0★ 14:00 Hifumi	
15:00~ 月ヨガ★ 16:00 Mei	15:00~ NH2★ 16:00 Mei	15:00~ レベル3 16:00 Hifumi		15:00~ レベル0★ 16:00 Mei	15:00~ レベル2★ 16:00 Kozue	15:00~ リフレッシュ+ 16:15 Mei	
17:00~ ゆったりヨガ★ 18:00 Hifumi		18:15~ 肩こり解消★ 19:00 Hifumi				17:00~ ゆったりヨガ★ 18:00 Hifumi	
19:30~ キャンドル★ 20:30 Hifumi	19:00~ レベル2★ 20:00 Hifumi	19:30~ レベル1★ 20:30 Hifumi		19:00~ レベル4 20:00 Hirari			
29	30	<p style="color: red; font-weight: bold;">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> <p>★ 体験おすすめクラス</p> <p style="background-color: #f8d7da; padding: 2px;">：ホットヨガ（室温37～38℃/湿度50～60%）</p> <p style="background-color: #fff3cd; padding: 2px;">：ナチュラルホット（室温30～32℃/湿度40～50%）</p> <p style="background-color: #d1ecf1; padding: 2px;">：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>					
11:00~ レベル2★ 12:00 Kozue	11:00~ キャンドル★ 12:00 Kozue						
	13:00~ レベル2★ 14:00 Mei						
15:00~ レベル3 16:00 Mei	15:00~ 月ヨガ★ 16:00 Mei						
18:15~ 骨盤矯正★ 19:00 Hifumi	17:00~ NH1★ 18:00 Hifumi						
19:30~ レベル1★ 20:30 Hifumi	19:00~ レベル0★ 20:00 Hifumi						