

◆千種スタジオ◆3/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
	09:00 ★2 NEW	09:00 ★2				09:00 ★3	09:00 ★3
	モーニングリラックスヨガ SAKURA	モーニングブリージングヨガ kimmy				ボディバランスyoga MINA	目覚めのディープストレッチヨガ kimmy
	10:00 ★3	10:00 ★4 NEW	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★2
	モーニングフロー☆ MIO	[4/8限定・ROLL YOGA] 美 腹デトックスロールヨガ ※参加料500円 MINA	代謝アップ★デトックスヨガ JUNKO	汗かきヨガ miku	一歩前進フローヨガ ミツエリ	ヘルシーボディ MINA	歪みを整える骨盤ヨガ kimmy
			11:00 ★2	11:00 ★1 NEW	11:00 ★2 NEW	11:00 ★2	11:00 ★2
			発汗ほぐれるヨガ JUN	[3/27限定・ROLL YOGA] ロールdeほぐすリラックス ※参加料500円 Y.ジュンコ	[3/21限定・ROLL YOGA] 全身スッキリロールヨガ ※参加料500円 MINA	全身スッキリリセットヨガ 京美	【美容オイルヨガ】ツボ×リ ンパ爽快ヨガ※参加料300円 ミツエリ
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							
		17:00 ★2 【ROLL YOGA】ボディメンテ ※参加料500円 ミツエリ					
夜	18:00 ★3	18:00 ★3	18:00 ★2	18:00 ★3	18:00 ★2		
	ベーシックヨガ MINA	お尻・太もも痩せ！筋膜リリ ースヨガ miku	【ROLL YOGA】 コンディショニング ※参加料500円 菜未	骨盤ボディメイク marie	【美容オイルヨガ】とろける エステヨガ※参加料300円 JUNKO		
	19:00 ★3	19:00 ★1	19:00 ★3	19:00 ★2	19:00 ★2		
	コアトレ&ストレッチヨガ MINA	息抜きヨガ miku	全身しなやかフローヨガ 菜未	リラックスストレッチヨガ marie	疲労回復ヨガ YUKI		
			20:00 ★2	20:00 ★2			
			凝り解消ストレッチヨガ MINA	ストレッチ&ピラティス YOKO			
			21:00 ★2				
			ビューティ-メンテナンスヨガ MINA				

