◆千種スタジオ◆11/21~レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN		
朝									
	09:00 ★2	09:00 ★2		09:00 ★ 3 NEW		09:00 ★ 1 NEW	09:00 ★3		
	【11/24祝限定】パワーチャ ージヨガ	モーニングブリージングヨガ		汗かきヨガ☆		【よもぎ蒸しチェアヨガ】癒し身 体巡りヨガ※参加料¥1,000	目覚めのディープストレッチョガ		
	奈美	kimmy		miku		MINA	kimmy		
	10:00 ★3	10:00 ★ 1 NEW	10:00 ★3	10:00 ★2 NEW	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★2		
	モーニングフロー☆	ゆるめるヨガ	【ピラティスロール】ロールで美 ボディ☆体幹トレーニング※参加料 500円	のびるヨガ	基礎体力UP!ヨガ	ヘルシーボディ	歪みを整える骨盤ヨガ		
	MIO	日向	瑛里	miku	奈緒	MINA	kimmy		
	11:00 ★2 NEW		11:00 ★2	11:00 ★3 NEW	11:00 ★2 NEW	11:00 ★2	11:00 ★2 NEW		
	【美容オイルヨガ】フェイス リフト&めぐりヨガ※参加料¥ 300		カラダぽかぽかヨガ	◆12/4・12/18開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別 クラス】※参加料1000円	【11/28限定】疲労回復ヨガ	全身スッキリリセットヨガ	【美容オイルヨガ】ツボ×リ ンパ爽快ヨガ※参加料300円		
	SAKURA		JUN	MIO	Shizuka	京美	ミツエリ		
祝日は午前クラスのみ開催します。									
昼				11:00 ★2 NEW			12:00 ★3 NEW		
				◆11/27・12/11開催◆【よ もぎ蒸しチェアヨガ】 ※参加料1000円 MIO			一歩前進フローヨガ		
夜	18:00 ★1	18:00 ★3	18:00 ★ 2 NEW	18:00 ★3	18:00 ★3				
	【よもぎ蒸しチェアヨガ】癒し身 体巡りヨガ※参加料¥1,000	【ROLL YOGA 】ロールでYoga !※参加料¥500	【12/17限定】整え巡るヨガ	【ROLL YOGA】流してスッキ リ!夜のデトックスロール※ 参加料¥500	代謝アップ★デトックスヨガ				
	MINA	ミツエリ	JUNKO	Kimiko	JUNKO				
	19:00 ★3	19:00 ★2	19:00 ★3 NEW	19:00 ★2	19:00 ★1				
	コアトレ&ストレッチヨガ	股関節ヨガ	体整うナイトフロー	夜の疲れリセットヨガ	【美容オイルヨガ】むくみ解 消&腸活ヨガ※参加料¥300				
	MINA	奈美	菜未	Kimiko	JUNKO				
			20:00 ★2 NEW	20:00 ★2 NEW					
			【ROLL YOGA】姿勢美人ロー ルヨガ※参加料¥500	リンパ流しヨガ 					
			MINA	ҮОКО					

		21:00 ★2		
		21:00 ★2 ビュ-ティ-メンテナンスヨガ MINA		
		MINA		