

◆千種スタジオ◆7/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00
	リラックス&デトックス ERIS	シェイプフローヨガ CHISAKO	燃焼リフレッシュヨガ JUNKO	ボディメンテナンスヨガ YURI	ヘルス&ビューティーヨガ 京美	ヘルシーボディヨガ MINA	骨盤調整 koide
	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00
	ボディメイクヨガ MAKIKO	ダイエット骨盤調整ヨガ〜ピ ルビスワーク〜 Chihiro	肩こりスッキリヨガ SAKURA	ほぐしヨガ AYA	パーニングパワーヨガ 藍	ヘルシーボディ2 MINA	朝のリフレッシュヨガ HIRO
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼	12:00 NEW			12:00		12:00	12:00
	やさしいヨガ Shiomi			アンチエイジングヨガ 京美		体幹強化 美姿勢バレトン NOVCO	癒しのヨガ CHINAMI
	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00		
	リンパトリートメントヨガ Shiomi	姿勢美人ヨガ Madoka	パワービューティーヨガ Kei	イントラ募集	体質改善リラックスヨガ CHINAMI		
	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30		
フロー H.AYA	ツボ刺激&リンパヨガ HIRO	カラダ改善ヨガ NAMI	骨盤調整 ヨガ MISAKI	デトックスヨガ JUNKO			
夜	19:25	19:25	19:25	19:25	19:25		
	心と身体を繋げるヨガ Ayami	くびれメイクヨガ 藍	お疲れリセットヨガ KUMIKO	インナーバランスアップヨガ ERIS	美脚美尻ヨガ YUKI		
	20:20	20:20	20:20 NEW	20:20	20:20		
	体質改善ヨガ HIROKO	リンパ・美腸ヨガ Chihiro	美腹美尻ピラティス もりりん	めぐりヨガ Washy	relax flow yoga S.Naoko		
	21:15	21:15	21:15	21:15	21:15		
	リンパデトックス HIROKO	ボディメイクピラティス 藍	パワーピラティス もりりん	ナイトヨガ Washy	yin&yang yoga S.Naoko		