

◆栄伏見スタジオ◆1/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
	09:00 NEW NEWレッスン ----- 10:00 ★3 骨盤調整&ウエストシェイプ kimmy		09:00 NEW NEWレッスン Aco	09:00 ★3 気分スッキリストレッヂヨガ SAKURA	09:00 ★2 目覚めのアクティビヨガ JUNKO	09:00 ★2 【美容オイルヨガ】肩こり腰痛リリース※参加料300円 JUNKO	09:00 ★2 【美容オイルヨガ】リンパケアヨガ※参加料¥300 MASUMI
	10:00 ★2 骨盤ほぐしヨガ JUNKO	10:00 ★2 モーニングリラックスyoga ERIS		10:00 NEW NEWレッスン -----	10:00 NEW NEWレッスン -----	10:00 ★2 リセットヨガ JUNKO	10:00 ★3 コンディショニングヨガ MASUMI
	11:00 NEW ----- NEWレッスン -----					11:00 ★3 【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 瑛里	
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼						14:00 ★2 NEW ◆2/7・2/14開催◆【よもぎ蒸しチェアヨガ】潤う美肌ヨガ※参加料¥1,000 YOKO	
						15:00 ★3 NEW ◆2/7・2/14開催◆リラックス&コアトレヨガ なおこ	
夜							
	18:15 ★2 【美容オイルヨガ】むくみ解消・整うリンパヨガ※参加料¥300 Yuzu	18:15 ★3 【ピラティスロール】身体すっきりリストレッチ＆ボディメイク☆参加料500円 O.YUKA	18:15 ★3 ビューティーボディヨガ Satomi	18:15 ★3 魅せる★しなやかボディピラティス 瑛里	18:15 ★2 【美容オイルヨガ】リンパドレナージュ※参加料¥300 tomomi		
	19:15 ★3 Music Style Yoga Yuzu	19:15 ★2 腸活デトックスヨガ O.YUKA	19:15 ★2 【美容オイルヨガ】アロマリンパで巡る疲れ爽快ヨガ※参加料¥300 Satomi	19:15 ★3 【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 瑛里	19:15 ★3 アクティブパワーヨガ tomomi		
				20:15 ★2			

