

◆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		09:00 NEW	09:00 ★3	09:00 ★2	09:00 ★2	09:00 ★2
	NEWレッスン -----		NEWレッスン  Aco	気分スッキリストレッチヨガ  SAKURA	目覚めのアクティブヨガ  JUNKO	【美容オイルヨガ】 肩こり腰痛リリース※参加料300円 JUNKO	【美容オイルヨガ】 リンパケアヨガ※参加料¥300 MASUMI
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 NEW	10:00 NEW	10:00 ★2	10:00 ★3
	骨盤調整&ウエストシェイプ kimmy	骨盤ほぐしヨガ JUNKO	モーニングリラックスyoga ERIS	NEWレッスン -----	NEWレッスン -----	リセットヨガ JUNKO	コンディショニングヨガ MASUMI
		11:00 NEW				11:00 ★3	
		NEWレッスン -----				【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	18:15 ★3	18:15 ★3	18:15 ★3	18:15 ★2		
	【美容オイルヨガ】 むくみ解消・整うリハヨガ※参加料¥300  Yuzu	【ピラティスロール】 身体すっきりストレッチ&ボディメイク☆※参加料500円 O.YUKA	ビューティーボディヨガ  Satomi	魅せる★しなやかボディピラティス  瑛里	【美容オイルヨガ】 リンパドレナージュ※参加料 ¥300  tomomi		
	19:15 ★3	19:15 ★2	19:15 ★2	19:15 ★3	19:15 ★3		
	Music Style Yoga  Yuzu	腸活デトックスヨガ  O.YUKA	【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	【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	アクティブパワーヨガ  tomomi		
				20:15 ★2			

				癒やしの夜ヨガ tomomi			