

◆栄伏見スタジオ◆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 NEW	09:00 ★3	09:00 ★2	09:00 ★2	09:00 ★2
	【4/20限定・よもぎ蒸しチェアヨガ】心も身体も癒すデトックスヨガ※参加料¥1,500 kimmy		【4/15限定】ゆ～ったりデトックスヨガ Fuu	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 ★3 NEW	10:00 ★2 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	【3/26限定】リラックス&ボディメイクヨガ（ウエストシェイプ編） なおこ	【4/3限定】心と身体を整えるヨガ キョンキョン	リセットヨガ JUNKO	コンディショニングヨガ MASUMI
		11:00 ★2 NEW				11:00 ★3	
		【3/31限定】ヒーリングyoga ERIS				【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	
						◆3/21・4/11開催◆【よもぎ蒸しチェアヨガ】潤う美肌ヨガ※参加料¥1,500 YOKO	
						15:00 ★3 NEW	
						◆3/21・4/11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・整うリンパヨガ※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	腸活デトックスヨガ	【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	【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	アクティブパワーヨガ			

	Yuzu	O.YUKA	加料¥300 Satomi	500円 瑛里	tomomi		
				20:15 ★2			
				癒やしの夜ヨガ tomomi			