

◆栄伏見スタジオ◆11/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
				09:00 ★3		09:00 ★3	09:00 ★2
				気分スッキリストレッチヨガ SAKURA		モーニングエナジーヨガ JUNKO	リラックスヨガ アロマ MASUMI
		10:00 ★2				10:10 ★2	10:10 ★3
		骨盤ほぐしヨガ JUNKO				リセットヨガ JUNKO	コンディショニングヨガ MASUMI
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							
夜				17:45 ★3			
				疲労回復！発汗ヨガ ミツエリ			
	18:15 ★2	18:45 ★3	18:15 ★3	18:45 ★2	18:45 ★2		
	ベーシックヨガ Yuzu	整えるリフレッシュヨガ Akari	ビューティーボディヨガ Satomi	リフレッシュフローヨガ Asumi	リンパストレッチ HIROKO		
	19:15 ★3	19:45 ★3	19:15 ★2				
	Music Style Yoga Yuzu	トータルケアヨガ aico	夜の疲れリセットヨガ Satomi				