

◆岐阜スタジオ◆8/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝						08:30 ★3 NEW	08:30 ★3
						Feel Free Yoga	モーニングリラックスフロー ヨガ ちかこ
						YOSHIKO	
	10:00 ★4	10:00 ★2	10:00 ★4	10:00 ★2	10:00 ★2	09:30 ★3	09:30 ★4
	ヨガピラティス MIHOKO	メンテナンスヨガ あお	エナジーフローヨガ ASAO	フィーリング オブ ハピネス YUMI	骨盤調整リラックスヨガ ちかこ	Beauty yoga Megu	パワーヨガ ちかこ
	11:00 ★3	11:00 ★2	11:00 ★4	11:00 ★2	11:00 ★3	10:30 ★3	10:30 ★3
	免疫upヨガ Yayoi	アンチエイジング NAOKO	ベーシックヨガ 恵美	カラダ改善ヨガ KYOKO	コロナに負けるなヨガ ちかこ	整えるヨガ AYA	貯筋ヨガ 裕恵
					11:30 ★2	11:30 ★3	
					ほぐしヨガ AYA	Happyヨガ 裕恵	
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼	12:00 ★	12:00 ★	12:00 ★	12:00 ★	12:00 ★	12:30 ★	12:30 ★
	13:00 ★	13:00 ★	13:00 ★	13:00 ★	13:00 ★		
夜	18:30 ★3	18:30 ★2	18:30 ★3	18:30 ★2	18:30 ★1		
	整えるヨガ	インナービューティー	美律リフレッシュヨガ	フィーリング オブ ハピネス	ビューティーシェイプアップ ヨガ ちかこ		
	AYA	MIKA	MIHOKO	YUMI			
	19:25 ★3	19:25 ★3	19:25 ★2	19:25 ★3	19:25 ★4		
	デトックスYOGA MISATO	背中美人ヨガ Mikitty	ほぐしヨガ AYA	デトックスYOGA MISATO	スタイルアップヨガ MISATO		
	20:20 ★2	20:20 ★3	20:20 ★3	20:20 ★2	20:20 ★3		
	ヘルシーボディヨガ MISATO	免疫力upヨガ 望愛	ハタヨガ AYAKA	ストレッチヨガ MISATO	美活ヨガ Mikitty		
	21:15 ★	21:15 ★	21:15 ★	21:15 ★	21:15 ★1		
					おやすみ前のリラックスヨガ Mikitty		