

◆一宮スタジオ◆4/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝						08:00 ★2	08:00 ★3
						フィーリング オブ ハピネス YUMI	リフレッシュヨガ MIHO
	09:00 NEW	09:00 ★2	09:00 ★3	09:00 ★3		09:00 ★2	09:00 ★2
	NEWレッスン	整えるピラティス	朝ヨガ	モーニングリラックス		【美容オイルヨガ】体潤う女性ホルモンUPヨガ※参加料¥300 まなみ	リセットヨガ MIHO
	-----	MIHOKO	AYA	Rena			
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 NEW	10:00 ★2	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★3
	巡りヨガ	【よもぎ蒸しヨガ】リラックス※参加料¥1,500 Y.ジュンコ	NEWレッスン	癒しのキャンドルヨガ	リフレッシュヨガ	シェイプフローヨガ	爽快フローヨガ
	AYA		Miwa	Y.ジュンコ	MIHO	まなみ	AYA
11:00 NEW		11:00 NEW	11:00 NEW	11:00 NEW		11:00 ★2	
NEWレッスン		NEWレッスン	NEWレッスン	NEWレッスン		【よもぎ蒸しチェアヨガ】温めほぐし※参加料¥1,500 AYA	
AYA		-----	Y.ジュンコ	Mikitty			
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼			11:00 NEW				
			NEWレッスン				
			-----				
	17:15 NEW	17:15 NEW					
NEWレッスン	NEWレッスン						
-----	Rena						
夜	18:15	18:15 ★2	18:15 ★4	18:15 ★3	18:15 ★3		
	NEWレッスン ミツエリ	リラックスフロー Rena	ダイエット AKEMI	パワーヨガ Rena	Music Style Yoga Megu		
	19:15 ★3	19:15 ★3	19:15 ★4	19:15 ★2	19:15 NEW		
	一歩前進フローヨガ ミツエリ	美活ヨガ Mikitty	ダイエット AKEMI	骨盤ケア Y.ジュンコ	NEWレッスン -----		
			20:15 ★1	20:15 ★2	20:15 ★2		
			【美容オイルヨガ】癒しのホッと巡るヨガ※参加料¥300 まなみ	【よもぎ蒸しヨガ】おやすみ前の毒出し※参加料¥1,500 Y.ジュンコ	【ROLL YOGA】リラックス※参加料¥500 Mikitty		

