

◆一宮スタジオ◆2/21～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 ★2 NEW	09:00 ★2	09:00 ★3	09:00 ★3	09:00 ★2 NEW	09:00 ★2	09:00 ★2
	【2/23祝限定・よもぎ蒸しチ ェアヨガ】朝一番がカモココロも スリヨガ※参加料1,000円 Y.ジュンコ	整えるピラティス MIHOKO	朝ヨガ AYA	モーニングリラックス Rena	【3/20祝限定・よもぎ蒸しチ ェアヨガ】ゆったりリラック ス※参加料1,000円 AYA	【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
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★2 NEW	10:00 ★2	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★3
	巡りヨガ AYA	【よもぎ蒸しチェアヨガ】リラッ クス※参加料1,000円 Y.ジュンコ	【3/11限定】スローフローヨ ガ Megu	アンチエイジングヨガ まなみ	リフレッシュヨガ MIHO	シェイプフローヨガ まなみ	爽快フローヨガ AYA
	11:00 ★2			11:00 ★2 NEW	11:00 ★2		11:00 ★2
	【ROLL YOGA】コンディショ ニング※参加料¥500 AYA			◆2/26・3/12開催◆【常温R OLL YOGA60分特別クラス】 ※参加料1000円 Y.ジュンコ	【ROLL YOGA】ベーシック ※参加料¥500 Mikitty		【よもぎ蒸しチェアヨガ】温 めほぐし※参加料¥1000 AYA
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							
						14:00 ★2	
						骨盤スリムヨガ Mikitty	
						15:00 ★2	
						【ROLL YOGA】ボディメンテ ※参加料¥500 Mikitty	
	17:15 ★2 NEW	17:15 ★2 NEW					
【3/2限定】凝り解消ヨガ Rena	【3/17限定】肩凝り解消ヨガ ちかこ						
夜	18:15 ★3	18:15 ★2	18:15 ★4	18:15 ★3	18:15 ★3		
	【ROLL YOGA】ロールでYoga !※参加料¥500 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 ★2		
	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	【美容オイルヨガ】ツボ×リ ンパ爽快ヨガ※参加料¥300 ミツエリ		
			20:15 ★1	20:15 ★2	20:15 ★2		
			【美容オイルヨガ】キャンド ルナイト極上リンパケア※参 加料300円 Y.ジュンコ	【よもぎ蒸しチェアヨガ】おやすみ 前の毒出しヨガ※参加料1000円 Y.ジュンコ	【ROLL YOGA】リラックス ※参加料¥500 Mikitty		
