

◆一宮スタジオ◆1／21～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 | 09:00 ★3 | 09:00 ★3 | | 09:00 ★2 | 09:00 ★2 |
| | | 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円 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chea yoga】リラックス※参加料1,000円 Y.ジュンコ | 【2/11祝限定・ROLLYOGA】冷え緩和ロールヨガ※参加料500円 ミツエリ | 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 ★3 NEW | 11:00 ★3 NEW | 11:00 ★2 | | 11:00 ★2 |
| | 【ROLL YOGA】コンディショニング※参加料500円 AYA | | 【2/11祝限定】全身巡る朝の月礼拝 ミツエリ | ◆1/29・2/12開催◆【常温ROLL 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円 Mikitty | | 【よもぎ蒸しchea yoga】温めほぐし※参加料1000円 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円 Mikitty | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| 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円 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円 ミツエリ | | |
| | | 20:15 ★2 NEW | 20:15 ★1 | 20:15 ★2 | 20:15 ★2 | | |
| | | 【2/3限定】美腸力ヨガ まなみ | 【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chea yoga】おやすみ前の毒出しchea※参加料1000円 Y.ジュンコ | 【ROLL YOGA】リラックス※参加料500円 Mikitty | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |