◆金山スタジオ◆4／21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝	09:00 ★2 NEW						
	【4/29祝限定】癒しのセルフエステ＆ヨガ YUKI						
	09:00 ★2 NEW				09:00 ★3	09:30 ★2	09:30 ★3
	【5/6祝限定】ウェイクアップヨガ Rena				ゆるめる！整う！股関節ヨガ Mayo	朝の癒しヨガ TAKAKO	Enjoy Yoga Kimiko
	10:00 ★3		10:30 ★3	10:00 ★2	10:10 ★2	10:40 ★3	10:40 ★4
	ヘルシーシェイプ Rena		すっきり朝ヨガ アスカ	モーニングリフレッシュヨガ 和歌子	モーニングリラックスヨガ SAKURA	スタイルアップヨガ TAKAKO	パワーフローヨガ MIO
	10:10 ★3 NEW	11:00 ★2		11:10 ★3		11:50 ★3	11:50 ★3
	【4/29.5/6祝限定】ヘルシーシェイプ Rena	背中スッキリヨガ O.YUKA		引き締め★ビューティーヨガトレ さやぴ		アロマ 汗かきヨガ miku	しなやかBODYフロー Y.Junko
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼		13:00 ★2	13:00 ★2			13:00 ★1	13:00 ★2
		骨盤調整 MIO	リンパスッキリ＆深呼吸ヨガ YOKO			アロマ☆息抜きヨガ miku	Open heart & Relax Y.Junko
夜		17:45 ★2		17:45 ★3	17:45 ★1		
		肩こり解消ヨガ SAKURA		代謝アップ MIO	下半身リセット＆リラックスヨガ miku		
	18:30 ★3	18:45 ★2	18:30 ★3	18:45 ★2	18:45 ★2		
	代謝アップ★ヨガ JUNKO	心と身体を癒すリラックスヨガ 瑛里	心身を整える 陰陽ヨガ kimmy	骨盤調整 MIO	腰・お腹痩せ！筋膜リリースヨガ miku		
	19:30 ★2	19:45 ★3	19:30 ★3	19:45 ★3	19:45 ★3		
	すっきりリンパヨガ JUNKO	ヒップアップピラティス 瑛里	心と身体☆クリアリングフロー Y.Junko	バランスUPビューティーヨガ Akari	リフレッシュフローヨガ Yuzu		
			20:30 ★2				
			骨盤リセットくびれヨガ Y.Junko				