

## ◆名駅スタジオ◆10/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝			09:00 ★2		09:00 ★2	08:30 ★3	
			朝のリラックスピラティス 瑛里		モーニングリラックス Rena	朝のリフレッシュヨガ SAKURA	
	10:00 ★2					09:40 ★3	09:40 ★3
	モーニングフロー MIO					Enjoy flow yoga Yurie	ヨガベーシック Ayaka
						10:50 ★3	10:50 ★3
						代謝改善ヨガ AI	しなやかBODYフロー Y.ジュンコ
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							12:00 ★1
							Open heart & Relax♡ Y.ジュンコ
						14:00 ★3	
						Music Style Yoga Yuzu	
						15:10 ★2	
						リフレッシュ&グローヨガ Yukiho	
夜	17:45 ★3	17:45 ★3	17:45 ★3	17:45 ★3	17:45 ★3		
	心と身体スッキリヨガ marie	太陽礼拝フロー Rika	フローヨガ MIO	全身スッキリほぐしヨガ Kimiko	腸活デトックスヨガ O.YUKA		
	18:45 ★3	18:45 ★3	18:45 ★2	18:45 ★3	18:45 ★3		
	巡り促すデトックスヨガ 菜未	女性のためのヨガトレ O.YUKA	リラックスフロー MIO	体質改善ヨガ HIROKO	股関節集中ヨガ O.YUKA		
		19:45 ★2	19:45 ★3	19:45 ★2			
		背中スッキリヨガ O.YUKA	トータルケアヨガ aico	リラックスアロマヨガ MASUMI			