

◆名駅スタジオ◆3/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝			09:00 ★2	09:00 ★	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		10:00 ★2 NEW	10:00 ★	10:00 ★2 NEW	09:30 ★2	09:30 ★3
	骨盤調整リラックスヨガ ちかこ		【3/26限定】ノビヨガ Shizuka		【3/28限定】リラックスヨガ Rena	モーニングリラックスヨガ SAKURA	シャキッと身体目覚めるヨガ marie
	11:00 ★3 NEW					10:30 ★3	10:30 ★2
	【4/14限定】滝汗ヨガ ちかこ					代謝改善ヨガ AI	【ROLL YOGA】リラックス ※参加料500円 Y.ジュンコ
	11:00 ★						11:30 ★1 Open heart & Relax♡ Y.ジュンコ
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							
						14:00 ★3	14:00 ★3 NEW
						Music Style Yoga	◆4/6・4/20開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別 クラス】※参加料1000円 MINA
						Yuzu	
						15:00 ★2	
						【ROLL YOGA】ボディメンテ ※参加料500円 ミツエリ	
夜	17:45 ★3	17:45 ★2	17:45 ★3	17:45 ★3	17:45 ★2		
	心と身体スッキリヨガ marie	タオル de カラダメンテヨガ Rika	フローヨガ MIO	全身スッキリほぐしヨガ Kimiko	ゆったりヨガ&ピラティス O.YUKA		
	18:45 ★2	18:45 ★3	18:45 ★2	18:45 ★3	18:45 ★3		
	【美容オイルヨガ】巡り促す デトックス※参加料300円 菜未	ハートフルヨガ yuu	リラックスフロー MIO	【ROLL YOGA】ベーシック ※参加料500円 Kimiko	股関節集中ヨガ O.YUKA		
		19:45 ★2	19:45 ★3	19:45 ★2			
		ぐっすり安眠ヨガ yuu	トータルケアヨガ aico	リラックスアロマヨガ MASUMI			