

◆名駅スタジオ◆8/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							09:30 ★3
							朝のリフレッシュyoga SAKURA
	10:00 ★2	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★2	10:30 ★2	10:30 ★2
	子宮美人ヨガ S.Naoko	インナーマッスル★腸腰筋を鍛えるヨガ YUKI	ウエスト引き締めヨガ 公絵	ココロとカラダを開くヨガ ERI	ボディメイクyoga 和歌子	モーニングリフレッシュyoga ERIS	リラックスヨガ SAKURA
	11:00 ★1	11:00 ★3	11:00	11:00 ★2	11:00 ★3	11:30 ★3	11:30 ★2
	リフ♡リラ ヨガ Misa	ウエストシェイプヨガ Misa	イントラ募集	肩こり解消スッキリヨガ SAKURA	魅せる！しなやかボディピラティス 瑛里	代謝改善ヨガ AI	Relax Body Care Kumi
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼	12:00 ★	12:00 ★	12:00 ★	12:00 ★	12:00 ★	12:30 ★3	12:30 ★2
						週末リフレッシュヨガ Mayumi	腰痛リセットメンテナンス ヨガ 玲子
	13:00 ★	13:00 ★	13:00 ★	13:00 ★	13:00 ★	13:30 ★3	13:30 ★3
						気持ちもスッキリ！ 目指せ柔らかかボディ せな	エンジョイヨガ♪ 森くん
夜	17:45 ★3	17:45 ★4	17:45 ★3	17:45 ★2	17:45 ★2		
	胸ひらくヨガ Yurie	ピラティスワークアウト Banno	フローヨガ MIO	骨盤コンディショニングヨガ AYAKA	ストレッチフロー H.AYA		
	18:40 ★3	18:40 ★3	18:40 ★4	18:40 ★3	18:40 ★4		
	ビューティーシェイプアップ ヨガ AYA HONEY WAXX	女性のためのヨガトレ O.YUKA	代謝UPヨガ MIO	体質改善ヨガ HIROKO	ヴィンヤサフローヨガ H.AYA		
	19:35 ★3	19:35 ★4	19:35 ★4	19:35 ★3	19:35 ★4		
	アンチエイジングヨガ ERI	power yoga flow 花於里	体幹美ヨガ YUKI	音楽に合わせて♪ピラティス ダンス 瑛里	アクティブパワーヨガ O.YUKA		
	20:30 ★2	20:30	20:30 ★3	20:30 ★2	20:30 ★2		
	快眠ヨガ (ミディアムホット) ERI	イントラ募集	自律神経を整えるヨガ YUKI	リラックスナイトストレッチ 瑛里	リフレッシュフローヨガ O.YUKA		

