studio03 藤崎★岩盤ホットヨガ☆スケジュール表 《7月》

◆レッスンは事前予約制です。
◆事情により担当者の代行や内容を一部変更することがあります。
◆スタジオへの携帯電話の持ち込みは ご遠慮ください。
◆レッスン開始後のスタジオへの入室は、他の会員様のご迷惑になりますのでご遠慮下さい。

《運動量》
★・・・弱　★★・・・中　★★★・・・強

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
31 10:00～11:00 ★★ ハタヨガ TOYO 11:30～12:30 ★ リラックスアロマ YUKO 14:00～15:00 ★★ デトックス YUMIKO 18:30～19:30 ★★ フローヨガ ERIKA 20:00～21:00 ★ 骨盤調整 ERIKA					**1** 9:00～10:00 ★★ ハタヨガアロマ YU-KI 10:30～11:30 ★ 姿勢改善ヨガ MOYO 13:30～14:30 ★ リラックスアロマ AKI 15:00～16:00 ★★ チャクラヨガ AKI	**2** 9:00～10:00 ★ ハタヨガ AKI 14:00～15:00 ★★ ボディケアヨガ NAOKO
3 10:00～11:00 ★★ ハタヨガ TOYO 11:30～12:30 ★ リラックスアロマ YUKO 14:00～15:00 ★★ デトックス YUMIKO 18:30～19:30 ★★ フローヨガ ERIKA 20:00～21:00 ★ 骨盤調整 ERIKA	**4** 10:00～11:00 ★★★ フローヨガ MAKO 14:00～15:00 ★★ リフレッシュアロマ KAZUE 18:30～19:30 ★ ハタヨガアロマ SAORI 20:00～21:00 ★★ デトックス AYA	**5** 10:00～11:00 ★★★ ピラティス KANA 11:30～12:30 ★ ハタヨガ TOYO 18:30～19:30 ★★ デトックス RIE 20:00～21:00 ★ リラックス I-MIHO	**6** 10:00～11:00 ★ ハタヨガアロマ MAKO 11:30～12:30 ★★ 骨盤調整 MAKO 14:00～15:00 ★ リラックス KAORI 18:30～19:30 ★★ 体幹ヨガ AKII 20:00～21:00 ★★ ハタヨガアロマ AKI	**7** 10:00～11:00 ★★ ヒップ＆コア MAI 14:00～15:00 ★ リラックスアロマ NAMI 18:30～19:30 ★ キャンドルリラックス SAORI 20:00～21:00 ★★ フローヨガ MEG	**8** 9:00～10:00 ★★ ハタヨガアロマ YU-KI 10:30～11:30 ★ 姿勢改善ヨガ MOYO 13:30～14:30 ★ リラックスアロマ AKI 15:00～16:00 ★★ チャクラヨガ AKI	**9** 9:00～10:00 ★ ハタヨガ AKI 14:00～15:00 ★★ ボディケアヨガ NAOKO 19:00～21:00 キルタン MIHO・AKI etc
10 10:00～11:00 ★★ ハタヨガ TOYO 11:30～12:30 ★ リラックスアロマ YUKO 14:00～15:00 ★★ デトックス YUMIKO 18:30～19:30 ★★ フローヨガ ERIKA 20:00～21:00 ★ 骨盤調整 ERIKA	**11** 10:00～11:00 ★★★ フローヨガ MAKO 14:00～15:00 ★★ リフレッシュアロマ RIE 18:30～19:30 ★ ハタヨガアロマ SAORI 20:00～21:00 ★★ デトックス AYA	**12** 10:00～11:00 ★★★ ピラティス KANA 11:30～12:30 ★ ハタヨガ TOYO 18:30～19:30 ★★ デトックス RIE 20:00～21:00 ★ リラックス I-MIHO	**13** 10:00～11:00 ★ ハタヨガアロマ MAKO 11:30～12:30 ★★ 骨盤調整 MAKO 14:00～15:00 ★ リラックス KYOKO 18:30～19:30 ★★ 体幹ヨガ AKII 20:00～21:00 ★★ ハタヨガアロマ AKI	**14** 10:00～11:00 ★★ ヒップ＆コア MAI 14:00～15:00 ★ リラックスアロマ SAORI 18:30～19:30 ★ キャンドルリラックス SAORI 20:00～21:00 ★★ フローヨガ MEG	**15** 9:00～10:00 ★★ ハタヨガアロマ YU-KI 10:30～11:30 ★ 姿勢改善ヨガ MOYO 13:30～14:30 ★ リラックスアロマ AKI 15:00～16:00 ★★ チャクラヨガ AKI	**16** 9:00～10:00 ★ ハタヨガ AKI 14:00～15:00 ★★ ボディケアヨガ NAOKO
17 9:00～10:00 ★ リラックスアロマ YUKO 10:30～11:30 ★★ デトックス YUMIKO 13:30～14:30 ★★ フローヨガ ERIKA	**18** 10:00～11:00 ★★★ フローヨガ MAKO 14:00～15:00 ★★ リフレッシュアロマ KAZUE 18:30～19:30 ★ ハタヨガアロマ SAORI 20:00～21:00 ★★ デトックス AYA	**19** 10:00～11:00 ★★★ ピラティス KANA 11:30～12:30 ★ ハタヨガ TOYO 18:30～19:30 ★★ デトックス KYOKO 20:00～21:00 ★ リラックス I-MIHO	**20** 10:00～11:00 ★ ハタヨガアロマ MAKO 11:30～12:30 ★★ 骨盤調整 MAKO 14:00～15:00 ★ リラックス KYOKO 18:30～19:30 ★★ 体幹ヨガ AKII 20:00～21:00 ★★ ハタヨガアロマ AKI	**21** 10:00～11:00 ★★ ヒップ＆コア MAI 14:00～15:00 ★ リラックスアロマ SAORI 18:30～19:30 ★ キャンドルリラックス SAORI 20:00～21:00 ★★ フローヨガ MEG	**22** 9:00～10:00 ★★ ハタヨガアロマ YU-KI 10:30～11:30 ★ 姿勢改善ヨガ MOYO 13:30～14:30 ★ リラックスアロマ AKI 15:00～16:00 ★★ チャクラヨガ AKI	**23** 9:00～10:00 ★ ハタヨガ AKI 14:00～15:00 ★★ ボディケアヨガ NAOKO
24 10:00～11:00 ★★ ハタヨガ TOYO 11:30～12:30 ★ リラックスアロマ YUKO 14:00～15:00 ★★ デトックス AYA 18:30～19:30 ★★ フローヨガ ERIKA 20:00～21:00 ★ 骨盤調整 ERIKA	**25** 10:00～11:00 ★★★ フローヨガ MAKO 14:00～15:00 ★★ リフレッシュアロマ KAZUE 18:30～19:30 ★ ハタヨガアロマ SAORI 20:00～21:00 ★★ デトックス AYA	**26** 10:00～11:00 ★★★ ピラティス KANA 11:30～12:30 ★ ハタヨガ TOYO 18:30～19:30 ★★ デトックス RIE 20:00～21:00 ★ リラックス I-MIHO	**27** 10:00～11:00 ★ ハタヨガアロマ MAKO 11:30～12:30 ★★ 骨盤調整 MAKO 14:00～15:00 ★ リラックス KYOKO 18:30～19:30 ★★ 体幹ヨガ AKII 20:00～21:00 ★★ ハタヨガアロマ AKI	**28** 10:00～11:00 ★★ ヒップ＆コア MAI 14:00～15:00 ★ リラックスアロマ SAORI 18:30～19:30 ★ キャンドルリラックス SAORI 20:00～21:00 ★★ フローヨガ MEG	**29** 9:00～10:00 ★★ ハタヨガアロマ YU-KI 10:30～11:30 ★ 姿勢改善ヨガ MOYO 13:30～14:30 ★ リラックスアロマ AKI 15:00～16:00 ★★ チャクラヨガ AKI	**30** 9:00～10:00 ★ ハタヨガ AKI 14:00～15:00 ★★ ボディケアヨガ NAOKO

092-831-2203
fujisaki@kaatsu-studio03.com