

studio03姪浜 ★岩盤レッスン☆スケジュール表《6月》

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
30	【レッスンは完全WEB予約制です】 ◆キャンセルの場合はWEBにて1時間前をお願いします ◆ご予約は毎月末日開始です （LINE等で受付けはしませんので、ご了承ください） ◆姪浜・藤崎の予約システムは、別々になります。 ◆事情により担当者の代行や休講など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禁止です ◆お時間をすぎでの、入室は他の方のご迷惑となります					1
10:00～11:00 KYOKO ストレッチヨガ						9:00～10:00 AIRIN リラックスヨガ
						10:30～11:30 KIMIKO スタイルアップヨガ
19:30～20:30 MARIA マットピラティス						
2	3	4	5	6	7	8
10:00～11:00 KYOKO ストレッチヨガ	10:00～11:00 KIMIKO 疲労リセットヨガ	11:30～12:30 KYOKO ストレッチヨガ	11:30～12:30 KYOKO 骨盤調整ヨガ	10:00～11:00 KYOKO フローヨガ	9:00～10:00 TOMOKO ボディメイクヨガ	9:00～10:00 AIRIN リラックスヨガ
						10:30～11:30 KIMIKO スタイルアップヨガ
	18:30～19:30 SATSUKI 呼吸で可動域を広げるヨガ		18:30～19:30 YUKIKO マットピラティス	19:00～20:00 RIE 心地よく動くデトックスフローヨガ		
19:30～20:30 MARIA マットピラティス					16:00～17:00 ONIZUKA しっかり動くチャレンジヨガ	
9	10	11	12	13	14	15
10:00～11:00 KYOKO ストレッチヨガ	10:00～11:00 KIMIKO 疲労リセットヨガ	10:00～11:00 ERI ムーンサイクルヨガ	10:00～11:00 ERI 自律神経調整ヨガ	10:00～11:00 KYOKO フローヨガ	9:00～10:00 TOMOKO ボディメイクヨガ	9:00～10:00 AIRIN リラックスヨガ
						10:30～11:30 KIMIKO スタイルアップヨガ
	18:30～19:30 SATSUKI 呼吸で可動域を広げるヨガ		18:30～19:30 YUKIKO マットピラティス	19:00～20:00 RIE リズムフローヨガ		
19:30～20:30 MARIA マットピラティス						
16	17	18	19	20	21	22
10:00～11:00 KYOKO ストレッチヨガ	10:00～11:00 KIMIKO 疲労リセットヨガ	10:00～11:00 ERI ムーンサイクルヨガ	10:00～11:00 KYOKO 骨盤調整ヨガ	10:00～11:00 KYOKO フローヨガ	9:00～10:00 TOMOKO ボディメイクヨガ	9:00～10:00 AIRIN リラックスヨガ
						10:30～11:30 KIMIKO スタイルアップヨガ
	18:30～19:30 SATSUKI 呼吸で可動域を広げるヨガ		18:30～19:30 YUKIKO マットピラティス	19:00～20:00 RIE 心地よく動くデトックスフローヨガ		
19:30～20:30 MARIA マットピラティス					16:00～17:00 ONIZUKA しっかり動くチャレンジヨガ	
23	24	25	26	27	28	29
10:00～11:00 KIMIKO 太陽礼拝ヨガ	10:00～11:00 KIMIKO 疲労リセットヨガ	10:00～11:00 ERI ムーンサイクルヨガ	10:00～11:00 ERI 自律神経調整ヨガ	10:00～11:00 KYOKO フローヨガ	9:00～10:00 TOMOKO ボディメイクヨガ	9:00～10:00 AIRIN リラックスヨガ
						10:30～11:30 KIMIKO スタイルアップヨガ
	18:30～19:30 SATSUKI 呼吸で可動域を広げるヨガ		18:30～19:30 YUKIKO マットピラティス	19:00～20:00 RIE リズムフローヨガ		
19:30～20:30 MARIA マットピラティス					16:00～17:00 ONIZUKA しっかり動くチャレンジヨガ	