

studio03【ヨガ】スケジュール表【7月】

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	1	2	3	4	5	6
		10:30～11:30 MEGUMI リフレッシュヨガ	9:30～10:30 CHIGUSA 朝ヨガ	9:30～10:30 MEGUMI リラックスヨガ	9:00～10:00 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ	9:00～10:00 MARI リフレッシュヨガ
	18:30～19:30 KAORI リラックスストレッチヨガ	19:00～2:00 MARI リラックスヨガ	20:00～21:00 RISA ゆったりリラックスヨガ			
7	8	9	10	11	12	13
9:30～10:30 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ		10:30～11:30 MEGUMI リフレッシュヨガ	9:30～10:30 CHIGUSA 朝ヨガ	9:30～10:30 MEGUMI リラックスヨガ	9:00～10:00 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ	9:00～10:00 MARI リフレッシュヨガ
19:00～20:00 CHIGUSA 身体の機能高めるヨガ		19:00～2:00 MARI リラックスヨガ	20:00～21:00 RISA ゆったりリラックスヨガ			
14	15	16	17	18	19	20
9:30～10:30 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ		10:30～11:30 MEGUMI リフレッシュヨガ	9:30～10:30 CHIGUSA 朝ヨガ	9:30～10:30 MEGUMI リラックスヨガ	9:00～10:00 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ	9:00～10:00 MARI リフレッシュヨガ
19:00～20:00 CHIGUSA 身体の機能高めるヨガ	18:30～19:30 KAORI リラックスストレッチヨガ	19:00～20:00 RISA リラックスヨガ	20:00～21:00 RISA ゆったりリラックスヨガ			
21	22	23	24	25	26	27
9:30～10:30 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ		10:30～11:30 MEGUMI リフレッシュヨガ	9:30～10:30 CHIGUSA 朝ヨガ	9:30～10:30 MEGUMI リラックスヨガ	9:00～10:00 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ	9:00～10:00 MARI リフレッシュヨガ
13:30～14:30 CHIGUSA 身体の機能高めるヨガ	18:30～19:30 KAORI リラックスストレッチヨガ	19:00～20:00 MARI リラックスヨガ	20:00～21:00 RISA ゆったりリラックスヨガ			
28	29	30	31			
9:30～10:30 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ	10:00～11:00 YU-KI リラックスヨガ		9:30～10:30 CHIGUSA 朝ヨガ			
19:00～20:00 CHIGUSA 身体の機能高めるヨガ	18:30～19:30 KAORI リラックスストレッチヨガ		20:00～21:00 RISA ゆったりリラックスヨガ			