

studio03姪浜 ★岩盤レッスン☆スケジュール表《8月》

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

【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	2	3
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
19:00～20:00 RIE リズムフローヨガ		
	16:00～17:00 ONIZUKA しっかり動くチャレンジヨガ	

4	5	6	7	8	9	10
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 KIMIKO デトックスヨガ	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	
11	12	13	14	15	16	17
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				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
14:00～15:00 KIMIKO 太陽礼拝ヨガ	18:30～19:30 SATSUKI 呼吸で可動域を広げるヨガ					
					16:00～17:00 ONIZUKA しっかり動くチャレンジヨガ	
18	19	20	21	22	23	24
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 ストレッチヨガ	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	
25	26	27	28	29	30	31
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		
19:00～20:00 ERI 自律神経調整ヨガ					16:00～17:00 ONIZUKA しっかり動くチャレンジヨガ	