

studio03【ヨガ】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
				1	2	3
				9:30～10:30 TOMOKO 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
4	5	6	7	8	9	10
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	19:00～2:00 MARI リラックスヨガ				
11	12	13	14	15	16	17
9:00～10:00 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ					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					
18	19	20	21	22	23	24
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 MARI リラックスヨガ	20:00～21:00 RISA ゆったりリラックスヨガ			
25	26	27	28	29	30	31
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 MARI リラックスヨガ	20:00～21:00 RISA ゆったりリラックスヨガ			