

studio03【ヨガ】スケジュール表【9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	7
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 身体の機能をもめるヨガ	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			
8	9	10	11	12	13	14
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 身体の機能をもめるヨガ	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			
15	16	17	18	19	20	21
9:00～10:00 CHIGUSA 身体の機能をもめるヨガ		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
	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			
22	23	24	25	26	27	28
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		9:00～10:00 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 身体の機能をもめるヨガ			20:00～21:00 RISA ゆったりリラックスヨガ			
29	30					
9:30～10:30 YU-KI 柔軟性を高め整えるヨガ						
19:00～20:00 CHIGUSA 身体の機能をもめるヨガ	18:30～19:30 KAORI リラックスストレッチヨガ					