

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00 (6:40)		6:40 ~ 7:10 モーニングヨガ 担当:SAICO		6:40 ~ 7:10 モーニングヨガ 担当:Ryosuke		9:00 ~ 9:35 ゆっくりベーシック 担当:SAICO	9:00 ~ 9:35 ヴァンヤサフロー 担当:Ryosuke	
10:00	10:00 ~ 10:35 リフレッシュヨガ 担当:Mayumi	10:00 ~ 10:35 ゆっくりベーシック 担当:SAICO	10:00 ~ 10:35 美ヨガ 担当:KA☆NA	10:00 ~ 10:35 リフレッシュヨガ 担当:KA☆NA	10:00 ~ 10:35 身体を丁寧に味わうヨガ 担当:mai	10:00 ~ 10:35 リフレッシュヨガ 担当:SAICO	10:00 ~ 10:35 ゆっくりベーシック 担当:Ryosuke	
11:00						11:00 ~ 11:35 マタニティヨガ 担当:Chigusa		
12:00								5月9日 Special Workshop
13:00	クラス変更				曜日変更		13:00~14:15 アーユルヴェーダの知識 から学ぶ季節の過ごし方 オイルヘッドマッサージ 担当:RIE	
14:00	14:00 ~ 14:35 美脚美尻骨盤ヨガ 担当:山下 亜一美	14:00 ~ 14:35 やさしいハタヨガ 担当:KAE	NEW 14:00 ~ 14:35 やさしいピラティス 担当:Namiko	14:00 ~ 14:35 骨盤矯正ヨガ 担当:山田 淳子	14:00 ~ 14:35 ベビトレヨガ 担当:山下 亜一美	14:00 ~ 14:35 じっくりベーシック 担当:神山 由加		
15:00				5月27日 特別無料クラス		担当交代制		
16:00			16:00 ~ 16:35 ゆっくりベーシック 担当:Rumi	16:00 ~ 16:35 キッズリフレッシュヨガ 担当:Mayumi	16:00 ~ 16:35 目指せ!ゆるふわボディ 担当:Sayuka	16:00 ~ 16:35 のびのび親子ヨガ 前半 担当:Rie ウキウキ親子ヨガ 後半 担当:さーちゃん		
17:00								5月28日 特別無料クラス
18:00								クラス色分け
19:00							19:00 ~ 19:35 リラックスヨガ 担当:muni	対象者 大人向け
20:00	20:00 ~ 20:35 リラックスヨガ 担当:sayaka	20:00 ~ 20:35 代謝アップヨガ 担当:まさみ	20:00 ~ 20:35 安眠ヨガ 担当:Rumi	20:00 ~ 20:35 ゆったりリバーソール 担当:原田 あかね	20:00 ~ 20:35 疲労回復ヨガ 担当:Karen	20:00 ~ 20:35 股関節を開くヨガ 担当:Ryosuke		対象者 キッズ、親子向け
21:00	21:00 ~ 21:35 安眠ヨガ 担当:Ryosuke				21:00 ~ 21:35 安眠ヨガ 担当:Chigusa			対象者 ベビー、ママ向け

マタニティさんOK