

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		10:00- ボル・ド・ブラ ★★/美 Chinatsu 11:50- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Chinatsu 13:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 15:20- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Sayaka 20:00- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayaka	定休日	10:00- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Ayumi 11:10- デトックスヨガ ★/調 Ayumi 13:00- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Keiko 15:20- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 18:50- ベーシックヨガ ★★/調 Atsushi	10:00- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Eiko 11:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Eiko 13:00- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 15:20- 歪み調整ストレッチ ★★/調 Ayano 18:50- コアヨガ ★★★★/美 Ayano	8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Sayaka 9:10- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Sayaka 10:00- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 11:00- ヨギックアーツ ★★★★/特 Sayoko 12:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 S.Mayumi 13:10- バクティフローヨガビギナー ★★/特 S.Mayumi
8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Ayano 9:10- 美脚ヨガ ★★/美 Ayano 10:00- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 11:00- ピラティス ★★★★/美 Sayoko 12:00- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Junco 13:10- デトックスヨガ ★★/調 Junco	7	8	9	10	11	12
	10:00- ピラティス ★★★★/美 Sayoko 11:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 13:00- 代謝アップスロトレ ★★/美 Junco 15:20- デトックスヨガ ★/調 Ayumi 18:50- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Ayumi	10:00- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Chinatsu 11:10- パレトン ★★★★/美 Chinatsu 13:00- 13:30-14:40 ベビママ産後ヨガ T.Yuki 15:20- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 T.Yuki 16:30- バクティフローヨガビギナー ★★/特 Sayaka 18:50- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayaka	定休日	10:00- ルーシーダットン ★★/特 Ayumi 11:10- ベーシックヨガ ★★/調 Ayumi 13:00- 経絡ヨガ ★★★★/美 Keiko 15:20- 体が硬い人のためのヨガ ★/調 Atsushi 18:50- FRP ヨガ ★★★★/美 Atsushi	10:00- デトックスヨガ ★/調 Eiko 11:10- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Eiko 13:00- ピラティス ★★★★/美 Sayoko 15:20- オレンジポマンダー作り × ヨガ★ 参加費 2,000 円 Risa	8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Sayaka 9:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayaka 10:00- アシュタンガヨガ ★★★★/特 Sayoko 11:00- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 12:00- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 S.Mayumi 13:10- 快眠ヨガ ★/癒 S.Mayumi
8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Ayano 9:10- コアヨガ ★★★★/美 Ayano 10:00- デトックスヨガ ★/調 Sayaka 11:00- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Sayaka 12:00- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Mei 13:10- 美脚ヨガ ★★/美 Mei	13	14	15	16	17	18
	10:00- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 11:10- ヨギックアーツビギナー ★★/特 Sayoko 13:00- 美脚ヨガ ★★/美 Junco 15:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Ayumi 18:50- フローヨガ STEP2 ★★★★/美 Ayumi	10:00- ピラティス ★★★★/美 Chinatsu 11:10- ボル・ド・ブラ ★★/美 Chinatsu 13:00- 13:30-14:40 マタニティヨガ T.Yuki 15:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 T.Yuki 16:30- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayaka 18:50- 新月キャンドルヨガ ★/癒 Sayaka	定休日	10:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Ayumi 11:10- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Ayumi 13:00- 筋膜リリースヨガ ★/調 Keiko 15:20- コアヨガ ★★★★/美 Atsushi 18:50- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi	10:00- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Eiko 11:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Eiko 13:00- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 15:20- 代謝アップスロトレ ★★/美 Junco 18:50- 美脚ヨガ ★★/美 Junco	8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Sayaka 9:10- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Sayaka 10:00- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 11:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 12:00- バクティフローヨガ ★★★★/特 S.Mayumi 13:10- 快眠ヨガ ★/癒 S.Mayumi
8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Ayano 9:10- 歪み調整ストレッチ ★★/調 Ayano 10:00- ハーバルヨガ ★/癒 Sayaka 11:00- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayaka 12:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Mei 13:10- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Mei	20	21	22	23	24	25
	10:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 11:10- ピラティス ★★★★/美 Sayoko 13:00- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Junco 15:20- ベーシックヨガ ★★/調 Ayumi 18:50- ルーシーダットン ★★/特 Ayumi	10:00- パレトン ★★★★/美 Chinatsu 11:10- 女性のためのヨガ ★★/調(女性限定) Chinatsu 13:00- 骨盤調整ヨガ ★★/調 T.Yuki 15:20- デトックスヨガ ★/調 Sayaka 18:50- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Sayaka	定休日	10:00- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Ayumi 11:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Ayumi 13:00- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Keiko 15:20- FRP ヨガ ★★★★/美 Atsushi 18:50- ベーシックヨガ ★★/調 Atsushi	10:00- オレンジポマンダー作り × ヨガ★ 参加費 2,000 円 Risa 11:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 13:00- コアヨガ ★★★★/美 Ayano 15:20- X'mas キャンドルヨガ ★/特 Ayano	8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Sayaka 9:10- デトックスヨガ ★/調 Sayaka 10:00- ヨギックアーツビギナー ★★★★/特 Sayoko 11:00- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 12:00- バクティフローヨガビギナー ★★★★/特 S.Mayumi 13:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 S.Mayumi
8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Ayano 9:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Ayano 10:00- ベーシックヨガ ★★/調 Sayaka 11:00- デトックスヨガ ★/調 Sayaka 12:00- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Mei 13:10- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Mei	27	28	29	30	31	
	10:00- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 11:10- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 13:00- デトックスヨガ ★/調 Junco 15:20- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Ayumi 18:50- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Ayumi	年末休み	年末休み	年末休み	年始休み 2021年1月1日～1月3日 2020 年もありがとうございました。 みなさまも体調をお気をつけて年末年始をお過ごし下さい。 また来年もみなさまとお会いできるのを楽しみにしております。	