

日	月	火	水	木	金	土
30 10:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 Moeju 11:40- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi 16:40- デトックスヨガ ★/調 K.Mayumi	31 10:30- 経絡ヨガ ★★/調 Keiko 11:40- アロマビューティーヨガ ★★/美 Risa	新型コロナウイルス対策実施中 感染拡大防止にご協力をお願いします レッスン中もマスク着用をお願いします スタジオ入室前の手指消毒の徹底 ご来店前の検温 平熱より高い場合はご遠慮下さい 2mの距離確保 スタジオ内の会話もご遠慮下さい レッスンは速やかに帰宅して下さい 換気のため窓を開けてレッスンをしております				1 年始休み
2 年始休み	3 年始休み	4 10:30- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 12:10- FRP ヨガ ★★★/美 Atsushi	5 定休日	6 10:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Rie 12:10- 経絡ヨガ ★★/調 Rie	7 10:30- 姿勢改善 FRP NEW ★★/調 Erina 12:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Erina	8 10:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi 12:10- 温活ヨガ 季節のヨガ ★/癒 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Moeju 16:40- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Moeju
9 10:30- 温活ヨガ 季節のヨガ ★/癒 Moeju 12:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- デトックスヨガ ★/調 K.Mayumi 17:20- バクティブローヨガビギナー ★★★/特 K.Mayumi	10 成人の日 10:30- 筋膜リリースヨガ ★/調 Keiko 12:10- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 Risa	11 10:30- FRP 美尻・美脚 ★★★★/美 Atsushi 12:10- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi	12 定休日	13 10:30- デトックスヨガ ★/調 Rie 12:10- ピラティス ★★★★/美 Rie	14 10:30- ボディメイクヨガ ★★/調 Erina 12:10- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Erina	15 10:30- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 K.Mayumi 12:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju 17:20- 温活ヨガ 季節のヨガ ★/癒 Moeju
16 10:30- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Moeju 12:10- コアヨガ ★★★★/美 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- 温活ヨガ 季節のヨガ ★/癒 K.Mayumi 17:20- 首・肩コリ解消ヨガ ★★★/調 K.Mayumi	17 10:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★★/調 Keiko 12:10- 温活ヨガ 季節のヨガ ★/癒 Risa	18 スズラン定休日 10:30- FRP ベーシック ★★★/調 Atsushi 12:10- FRP コア ★★★★/美 Atsushi	19 定休日	20 10:30- 経絡ヨガ ★★★/調 Rie 12:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Rie	21 10:30- 骨盤調整ヨガ ★★★/調 Erina 12:10- 姿勢改善 FRP NEW ★★/調 Erina	22 10:30- デトックスヨガ ★/調 K.Mayumi 12:10- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Moeju 17:20- コアヨガ ★★★★/美 Moeju
23 10:30- 骨盤調整ヨガ ★★★/調 Moeju 12:10- 温活ヨガ 季節のヨガ ★/癒 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- フローヨガ STEP1 ★★★★/美 K.Mayumi 17:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 K.Mayumi	24 10:30- 骨盤調整ヨガ ★★★/調 Keiko 12:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Risa	25 10:30- FRP ヨガ ★★★★/美 Atsushi 12:10- FRP ベーシック ★★★/調 Atsushi	26 定休日	27 10:30- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Rie 12:10- デトックスヨガ ★/調 Rie	28 10:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★★/調 Erina 12:10- ボディメイクヨガ ★★/調 Erina	29 10:30- 温活ヨガ 季節のヨガ ★/癒 K.Mayumi 12:10- バクティブローヨガビギナー ★★★/特 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Moeju 17:20- 骨盤調整ヨガ ★★★/調

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		10:30- ベーシックヨガ 11:40 ★★/調 Natsuki 12:10- リフレッシュフローヨガ 13:20 ★★/美 Natsuki	定休日	10:30- 経絡ヨガ 11:40 ★★/調 Rie 12:10- ヒーリングアロマヨガ 13:20 ★/癒 Rie	10:30- 骨盤調整ヨガ 11:40 ★★/調 Erina 12:10- 姿勢改善 FRP 13:20 ★★/調 Erina	10:30- リフレッシュフローヨガ 11:40 ★★/美 K.Mayumi 12:10- 温活ヨガ 季節のヨガ 13:20 ★/癒 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- アロマビューティーヨガ 16:40 ★★/美 Moeju 17:20- 骨盤調整ヨガ 18:30 ★★/調 Moeju
6	7	8	9	10	11 建国記念日	12
10:30- ヒーリングアロマヨガ 11:40 ★/癒 Moeju 12:10- コアヨガ 13:20 ★★/美 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- 温活ヨガ 季節のヨガ 16:40 ★/癒 K.Mayumi 17:20- 首・肩コリ解消ヨガ 18:30 ★★/調 K.Mayumi	10:30- 筋膜リリースヨガ 11:40 ★/調 Keiko 12:10- リフレッシュフローヨガ 13:20 ★★/美 Risa	10:30- ヒーリングアロマヨガ 11:40 ★/癒 Natsuki 12:10- ベーシックヨガ 13:20 ★★/調 Natsuki	定休日	10:30- アロマビューティーヨガ 11:40 ★★/美 Rie 12:10- ピラティス 13:20 ★★/美 Rie	10:30- リフレッシュフローヨガ 11:40 ★★/美 Risa 12:10- 温活ヨガ 季節のヨガ 13:20 ★/癒 Risa	10:30- ヒーリングアロマヨガ 11:40 ★/癒 K.Mayumi 12:10- 首・肩コリ解消ヨガ 13:20 ★★/調 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- リフレッシュフローヨガ 16:40 ★★/美 Moeju 17:20- 温活ヨガ 季節のヨガ 18:30 ★/癒 Moeju
13	14	15 スラン定休日	16	17	18	19
10:30- アロマビューティーヨガ 11:40 ★★/美 Moeju 12:10- 温活ヨガ 季節のヨガ 13:20 ★/癒 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- バクティフローヨガビギナー 16:40 ★★/特 K.Mayumi 17:20- デトックスヨガ 18:30 ★/調 K.Mayumi	10:30- 首・肩コリ解消ヨガ 11:40 ★★/調 Keiko 12:10- アロマビューティーヨガ 13:20 ★★/美 Risa	10:30- リフレッシュフローヨガ 11:40 ★★/美 Natsuki 12:10- ヒーリングアロマヨガ 13:20 ★/癒 Natsuki	定休日	10:30- ヒーリングアロマヨガ 11:40 ★/癒 Rie 12:10- 経絡ヨガ 13:20 ★★/調 Rie	10:30- 姿勢改善 FRP 11:40 ★★/調 Erina 12:10- ボディメイクヨガ 13:20 ★★/調 Erina	10:30- 温活ヨガ 季節のヨガ 11:40 ★/癒 K.Mayumi 12:10- リフレッシュフローヨガ 13:20 ★★/美 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- 骨盤調整ヨガ 16:40 ★★/調 Moeju 17:20- ヒーリングアロマヨガ 18:30 ★/癒 Moeju
20	21	22	23 天皇誕生日	24	25	26
10:30- リフレッシュフローヨガ 11:40 ★★/美 Moeju 12:10- デトックスヨガ 13:20 ★/調 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- 首・肩コリ解消ヨガ 16:40 ★★/調 K.Mayumi 17:20- 温活ヨガ 季節のヨガ 18:30 ★/癒 K.Mayumi	10:30- 骨盤調整ヨガ 11:40 ★★/調 Keiko 12:10- ヒーリングアロマヨガ 13:20 ★/癒 Risa	10:30- ベーシックヨガ 11:40 ★★/調 Natsuki 12:10- リフレッシュフローヨガ 13:20 ★★/美 Natsuki	定休日	10:30- デトックスヨガ 11:40 ★/調 Rie 12:10- アロマビューティーヨガ 13:20 ★★/美 Rie	10:30- 首・肩コリ解消ヨガ 11:40 ★★/調 Erina 12:10- 骨盤調整ヨガ 13:20 ★★/調 Erina	10:30- 首・肩コリ解消ヨガ 11:40 ★★/調 K.Mayumi 12:10- バクティフローヨガビギナー 13:20 ★★/特 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- 温活ヨガ 季節のヨガ 16:40 ★/癒 Moeju 17:20- コアヨガ 18:30 ★★/美 Moeju
27	28					
10:30- 温活ヨガ 季節のヨガ 11:40 ★/癒 Moeju 12:10- 骨盤調整ヨガ 13:20 ★★/調 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- リフレッシュフローヨガ 16:40 ★★/美 K.Mayumi 17:20- ヒーリングアロマヨガ 18:30 ★/癒 K.Mayumi	10:30- 経絡ヨガ 11:40 ★★/調 Keiko 12:10- 温活ヨガ 季節のヨガ 13:20 ★/癒 Risa					

新型コロナウイルス対策実施中

感染拡大防止にご協力をお願いします

