

2019. 2月レッスンスケジュール

日	火	水	木	金	土
11:30~12:30 心と体の調整 YOGA	10:30~11:30 ハワイアン YOGA	10:30~11:30 ヨーガセラピー ※2月13日は 休講となります	10:30~11:30 脂肪燃焼 YOGA	10:30~11:30 リフレッシュ YOGA	
	19:30~20:30 引き締めYOGA	19:30~20:30 血流が巡る YIN YOGA	19:00~20:00 心と体の調整 YOGA ※第2・4 隔週 ※14日・28日 開催	19:15~20:00 美ストレッチ & リズム	19:30~20:30 姿勢が良くなる ピラティス

《全レッスン予約制》 必ず前日までに、ご予約をお願い致します。TEL.0859-34-1038

※レッスン開始5分以降の途中入室はご遠慮願います。

※ご予約のキャンセルの場合も必ずご連絡お願い致します