

2017年9月高松YOGAスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
<div style="background-color: #ffffcc; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">お子様連れでの参加が可能なクラスです。</div> <div style="background-color: #c8e6c9; padding: 2px;">運動量が多いクラス。ヨガに慣れている方が対象です。</div>				10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®	10:00 SAE ハタヨガ	10:00 misayo リセットヨガ
				11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
4	5	6	7	8	9	10
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ	9:45 TAKAKO コアトレヨガ	9:45 SAE ハタヨガ		10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®	10:00 NATSUKI ミュージックフローヨガ
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:15 NATSUKI リズムシェイプヨガ		11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
		19:30~20:45 CHIHOCO 満月ヨガ・瞑想@高松スタジオ (参加費1,000円)	20:00 YUKI リラクサアロマヨガ			
20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラクサヨガ		21:30 SAE ヨガフロー			
11	12	13	14	15	16	17
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ	9:45 TAKAKO コアトレヨガ	9:45 SAE ハタヨガ		10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®	10:00 NATSUKI 股関節オープン	10:00 misayo リセットヨガ
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:15 NATSUKI リズムシェイプヨガ		11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
			20:00 YUKI リラクサアロマヨガ			17:00 ヨガの日 イベント @ 片男波海水浴場 (参加費 無料)
20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラクサヨガ	21:15 SAE 肩甲骨ヨガ®	21:30 SAE ヨガフロー			
18	19	20	21	22	23	24
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ	9:45 TAKAKO コアトレヨガ			10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®	10:00 NATSUKI ミュージックフローヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:15 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:30 maiko ハタヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
			20:00 YUKI リラクサアロマヨガ			
	20:30 AKIKO リラクサヨガ	21:15 SAE 肩甲骨ヨガ®	21:30 SAE ヨガフロー			
25	26	27	28	29	30	
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ	9:45 TAKAKO コアトレヨガ			10:00 SAE ヨガ棒リリース		
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:15 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:30 maiko ハタヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	休	
			20:00 YUKI リラクサアロマヨガ			
20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラクサヨガ	21:15 SAE 肩甲骨ヨガ®	21:30 SAE ヨガフロー			