

2018年 1月四ヶ郷スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
休	休	休		11:15 TAKAKO リラックスヨガ		
8	9	10	11	12	13	14
休	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ®	9:45 maiko 女性のためのヨガ	20:30 misayo 安眠ヨガ	20:30 CHIHOCO 背骨メンテナンス	9:45 CHIHOCO アドバンスフロー	
15	16	17	18	19	20	21
10:30 TAKAKO やさしい朝ヨガ	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ®	9:45 maiko 女性のためのヨガ		9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
20:30 maiko リラックスヨガ				11:15 TAKAKO リラックスヨガ		
22	23	24	25	26	27	28
10:30 TAKAKO やさしい朝ヨガ	13:30 SAE 肩甲骨ヨガ®	9:45 maiko 女性のためのヨガ		9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
				11:15 TAKAKO リラックスヨガ		
29	30	31				
10:30 TAKAKO やさしい朝ヨガ	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ®	9:45 maiko 女性のためのヨガ	<div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 5px;"> <div style="width: 20px; height: 15px; background-color: #ffffcc; margin-right: 5px;"></div> お子様連れでの参加が可能なクラスです。 </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="width: 20px; height: 15px; background-color: #c6e0b4; margin-right: 5px;"></div> 運動量が多いクラス。ヨガに慣れている方が対象です。 </div>			
20:30 maiko リラックスヨガ		20:30 misayo 安眠ヨガ				