2017年4月四ヶ郷ヨガスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3 9:45 Nao やさしい朝ヨガ	4 13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ 20:30 maiko リラックスヨガ	5 9:45 maiko 女性のためのヨガ	6 10:30 Licca シェイプアップヨガ 20:30 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ	7 9:45 CHIHOCO アドバンスフロー 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	8	9
10 9:45 Nao やさしい朝ヨガ	11 13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ 20:30 maiko リラックスヨガ	12 9:45 maiko 女性のためのヨガ	13 10:30 Licca シェイプアップヨガ	14 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	15	16
17 9:45 Nao やさしい朝ヨガ	18 13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ 20:30 maiko リラックスヨガ	19 9:45 maiko 女性のためのヨガ	20 10:30 Licca シェイプアップヨガ 20:30 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ	21 9:45 CHIHOCO アドバンスフロー 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	22	23
24 9:45 Nao やさしい朝ヨガ	25 13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ 20:30 maiko リラックスヨガ	26 9:45 maiko 女性のためのヨガ	27 10:30 Licca シェイプアップヨガ	28 9:45 CHIHOCO アドバンスフロー 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	29	30

お子様連れでの参加が可能なクラスです。
運動量が多いクラス。アドバンスとついているクラスはヨガに慣れている方が対象です。

2017年4月四ヶ郷ヨガスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3 9:45 Nao やさしい朝ヨガ	4 13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ 20:30 maiko リラックスヨガ	5 9:45 maiko 女性のためのヨガ	6 10:30 Licca シェイプアップヨガ 20:30 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ	7 9:45 CHIHOCO アドバンスフロー 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	8	9
10 9:45 Nao やさしい朝ヨガ	11 13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ 20:30 maiko リラックスヨガ	12 9:45 maiko 女性のためのヨガ	13 10:30 Licca シェイプアップヨガ	14 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	15	16
17 9:45 Nao やさしい朝ヨガ	18 13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ 20:30 maiko リラックスヨガ	19 9:45 maiko 女性のためのヨガ	20 10:30 Licca シェイプアップヨガ 20:30 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ	21 9:45 CHIHOCO アドバンスフロー 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	22	23
24 9:45 Nao やさしい朝ヨガ	25 13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ 20:30 maiko リラックスヨガ	26 9:45 maiko 女性のためのヨガ	27 10:30 Licca シェイプアップヨガ	28 9:45 CHIHOCO アドバンスフロー 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	29	30

お名前

会員種別

事務連絡事項