

2016年10月高松ヨガスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
					10:00 maiko ハタヨガ	
3	4	5	6	7	8	9
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ	9:45 Licca モーニングヨガ		9:45 AKIKO リラックスヨガ	9:45 maiko 女性のためのヨガ		
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:00 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:00 SAE 肩甲骨ヨガ*		11:00 maiko ハタヨガ	10:00 maiko ハタヨガ	
		20:00 SAE リフレッシュヨガ	20:00 YUKI リラックスヨガ			
20:30 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラックスヨガ	21:15 SAE 肩甲骨ヨガ*	21:30 SAE ヨガフロー			
10	11	12	13	14	15	16
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ	9:45 Licca モーニングヨガ		9:45 AKIKO リラックスヨガ	9:45 maiko 女性のためのヨガ		
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:00 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:00 SAE 肩甲骨ヨガ*		11:00 maiko ハタヨガ	10:00 maiko ハタヨガ	
		20:00 SAE リフレッシュヨガ	20:00 YUKI リラックスヨガ			
20:30 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラックスヨガ	21:15 SAE 肩甲骨ヨガ*	21:30 SAE ヨガフロー			20:00~CHIHOCO 満月ヨガ
17	18	19	20	21	22	23
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ	9:45 Licca モーニングヨガ		9:45 AKIKO リラックスヨガ	9:45 maiko 女性のためのヨガ		
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:00 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:00 桃歌 肩甲骨ヨガ*		11:00 maiko ハタヨガ	10:00 maiko ハタヨガ	
		20:00 SAE リフレッシュヨガ	20:00 YUKI リラックスヨガ			
20:30 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラックスヨガ	21:15 SAE 肩甲骨ヨガ*	21:30 SAE ヨガフロー			
24	25	26	27	28	29	30
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ	9:45 Licca モーニングヨガ		9:45 AKIKO リラックスヨガ	9:45 maiko 女性のためのヨガ		
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:00 Licca ボディメイクヨガ	11:00 桃歌 肩甲骨ヨガ*		11:00 maiko ハタヨガ	10:00 maiko ハタヨガ	
		20:00 SAE リフレッシュヨガ	20:00 YUKI リラックスヨガ			
20:30 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラックスヨガ	21:15 SAE 肩甲骨ヨガ*	21:30 SAE ヨガフロー			
31						
9:45 TOSHIKO ヘルシーヨガ						
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ						
20:30 hitomi ヘルスタイルアップヨガ						

お子様連れでの参加が可能なクラスです。
運動量が少し多いクラス。燃焼したい方は是非。