

2017年1月四ヶ郷ヨガスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1
2	3	4	5	6	7	8
		9:45 maiko 女性のためのヨガ				
		11:00 maiko 引き締めヨガ	10:30 Licca シェイプアップヨガ	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
				18:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
9	10	11	12	13	14	15
9:45 maiko リフレッシュ朝ヨガ	9:45 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		
		11:00 maiko 引き締めヨガ	10:30 Licca シェイプアップヨガ	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
	13:45 maiko ハダヨガ*					
	20:30 maiko リラックスヨガ*		20:30 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ			
16	17	18	19	20	21	22
9:45 maiko リフレッシュ朝ヨガ	9:45 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		
		11:00 maiko 引き締めヨガ	10:30 Licca シェイプアップヨガ	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
	13:45 maiko ハダヨガ*					
	20:30 maiko リラックスヨガ*		20:45 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ	18:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
23	24	25	26	27	28	29
9:45 maiko リフレッシュ朝ヨガ	9:45 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		
		11:00 maiko 引き締めヨガ	10:30 Licca シェイプアップヨガ	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
	13:45 maiko ハダヨガ*					
	20:30 maiko リラックスヨガ					
30	31					
9:45 maiko リフレッシュ朝ヨガ	9:45 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ*					
	20:30 maiko リラックスヨガ					