

2017年5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
10:30 Nao やさしい朝ヨガ						
	20:30 maiko リラックスヨガ					
8	9	10	11	12	13	14
		9:45 Licca 美ボディヨガ		9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
			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		
			19:30 CHIHOCO 満月ヨガ@和歌山城前			
15	16	17	18	19	20	21
		9:45 maiko 女性のためのヨガ		9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
10:30 Nao やさしい朝ヨガ			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		
	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ					
	20:30 maiko リラックスヨガ		20:30 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ			
22	23	24	25	26	27	28
		9:45 maiko 女性のためのヨガ				
10:30 Nao やさしい朝ヨガ			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		
	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ					
	20:30 maiko リラックスヨガ					
29	30	31				
		9:45 maiko 女性のためのヨガ				
10:30 Nao やさしい朝ヨガ						
	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ					
	20:30 maiko リラックスヨガ					

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5月四ヶ郷ヨガスケジュール予約用

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
10:30 Nao やさしい朝ヨガ						
	20:30 maiko リラックスヨガ					
8	9	10	11	12	13	14
		9:45 Licca 美ボディヨガ		9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
			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		
			19:30 CHIHOCO 満月ヨガ@和歌山城前			
15	16	17	18	19	20	21
		9:45 maiko 女性のためのヨガ		9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
10:30 Nao やさしい朝ヨガ			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		
	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ					
	20:30 maiko リラックスヨガ		20:30 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ			
22	23	24	25	26	27	28
		9:45 maiko 女性のためのヨガ				
10:30 Nao やさしい朝ヨガ			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		
	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ					
	20:30 maiko リラックスヨガ					
29	30	31				
		9:45 maiko 女性のためのヨガ				
10:30 Nao やさしい朝ヨガ						
	13:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ					
	20:30 maiko リラックスヨガ					

氏名		種別		連絡先	
事務回答欄					