

2017年7月高松ヨガスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					10:00 SAE ハタヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ*
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 Licca モーニングヨガ		峯岸道子先生WS @和歌山城前スタジオ
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:15 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:30 maiko ハタヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:00 Licca 美ボディヨガ		
			20:00 YUKI リラックスアロマヨガ			19:30~20:45 CHIHOCO 満月ヨガ・瞑想 @高松スタジオ (参加費1,000円)
20:15 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 Licca モーニングヨガ	10:00 NATSUKI ミュージックフローヨガ	10:00 CHIHOCO サンサルテーション
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:15 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:30 maiko ハタヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:00 Licca 美ボディヨガ		
			20:00 YUKI リラックスアロマヨガ			
20:15 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			
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 Licca モーニングヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ*	10:00 CHIHOCO サンサルテーション
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:15 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:30 maiko ハタヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:00 Licca 美ボディヨガ		
			20:00 YUKI リラックスアロマヨガ			
	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 Licca モーニングヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ*	10:00 SAE ハタヨガ
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ	11:15 NATSUKI リズムシェイプヨガ	11:30 maiko ハタヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:00 Licca 美ボディヨガ		
		20:00 SAE 肩甲骨ヨガ*	20:00 YUKI リラックスアロマヨガ			
20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラックスヨガ		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						
20:15 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。