

2018年 8月高松YOGAスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4	5
<div style="background-color: #ffffcc; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> お子様連れでの参加が可能なクラス (火曜・10:00～/金曜・11:15～) </div> <div style="background-color: #c8e6c9; padding: 5px;"> 運動量が多いクラス。 ヨガに慣れている方が対象です </div>		11:30 maiko ベーシックヨガ 20:00 Koto やさしいストレッチヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	10:00 SAE 肩甲骨®ヨガ	10:00 NATSUKI リラックスヨガ
	6	7	8	9	10	11
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ 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	10:00 TAKAKO コアトレヨガ 20:30 AKIKO リラックスヨガ	11:30 maiko ベーシックヨガ 20:00 Koto やさしいストレッチヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラックスアロマヨガ 21:30 SAE ヨガフロー	10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	10:00 YUKI リラックスヨガ	休
13	14	15	16	17	18	19
休	休	休	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラックスアロマヨガ 21:30 SAE ヨガフロー	10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	休	10:00 SAE ヨガフロー
20	21	22	23	24	25	26
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ 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	10:00 TAKAKO コアトレヨガ 20:30 AKIKO リラックスヨガ	11:30 maiko ベーシックヨガ 20:00 Koto やさしいストレッチヨガ 21:15 SAE 肩甲骨®ヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラックスアロマヨガ 21:30 SAE ヨガフロー	10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	10:00 SAE 肩甲骨®ヨガ	10:00 SAE 太陽礼拝 9:00 SUP yoga ¥3500 @浜の宮ビーチ 19:45 満月ヨガ ¥1000 @高松スタジオ 屋上
27	28	29	30	31		
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ 20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	10:00 TAKAKO コアトレヨガ 20:30 AKIKO リラックスヨガ	11:30 maiko ベーシックヨガ 20:00 Koto やさしいストレッチヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラックスアロマヨガ 21:30 SAE ヨガフロー	10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		