

2017年4月和歌山城前Studioスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%; background-color: #d4edda; padding: 5px; border: 1px solid #c3e6cb;"> <p style="font-size: small; margin: 0;">どのクラスでも初心者の方も入っていただけます</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">汗を流したい方向け しっかり動きたい方におすすめ</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">リラックス・リリース 身体が固い方・不調がある方 (肩こり・腰痛etc)</p> </div> <div style="width: 45%; background-color: #fff3f3; padding: 5px; border: 1px solid #ffe5e5;"> <p style="font-size: small; margin: 0;">♡マークのみ女性限定クラス</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">エアリアルヨガ ハンモックを使用した空中ヨガ</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">TRX® サスペンション・ファンクショナルトレーニング ※トレーニングシューズご持参ください</p> </div> </div>					9:00~ 10:00 CHIHOCO アジャストメントヨガ	10:00~ 11:30 Nari 90分 ズッタヨガベーシックフロー
					13:00~ 14:00 SAE 肩甲骨ヨガ*	
					18:30~ 19:30 Nari ハタヨガ	
3	4	5	6	7	8	9
6:45~ 7:45 CHIHOCO メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 Licca 朝活ヨガ	7:00~ 7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 CHIHOCO メディテーションYOGA	9:00~ 10:00 CHIHOCO アジャストメントヨガ	10:00~ 11:30 Nari 90分 ズッタヨガベーシックフロー
	14:00~ 15:00 Licca ♡美ボディヨガ*	13:30~ 14:30 maiko ♡女性のためのヨガ		13:30~ 14:30 Licca リラックスヨガ	13:30~ 14:30 SAE エアリアルヨガ(ハンモック)	
18:30~ 19:30 CHIHOCO ヨガ棒	18:15~ 19:15 Nari ハタヨガ		18:30~ 19:30 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ*	18:30~ 19:30 Licca 整体ヨガ		
19:45~ 20:45 CHIHOCO TRX®	19:30~ 20:30 Nari 英語 de カ`70-	19:30~ 20:30 hitomi 姿勢改善ヨガ	19:45~ 20:45 Nari ハタヨガ	19:45~ 20:45 Licca TRX®	18:30~ 19:30 Nari ハタヨガ	
10	11	12	13	14	15	16
6:45~ 7:45 CHIHOCO メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 Licca 朝活ヨガ	7:00~ 7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 NATSUKI メディテーションYOGA	9:30~ 11:00 NATSUKI 90分 ミュージックフロー	10:00~ 11:30 Nari 90分 ズッタヨガベーシックフロー
	14:00~ 15:00 Licca ♡美ボディヨガ*	13:30~ 14:30 maiko ♡女性のためのヨガ		13:30~ 14:30 Licca リラックスヨガ	11:30~ 12:30 NATSUKI エアリアルヨガ(ハンモック)	
18:30~ 19:30 CHIHOCO ヨガ棒	18:15~ 19:15 Nari ハタヨガ		18:30~ 19:30 Nari 英語 de カ`70-	18:30~ 19:30 misayo ヨガ		
19:45~ 20:45 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ	19:45~ 20:45 KUMI TRX®入門	19:30~ 20:30 hitomi 姿勢改善ヨガ	19:45~ 20:45 Nari ハタヨガ	19:45~ 20:45 Licca TRX®	18:30~ 19:30 Nari ハタヨガ	
17	18	19	20	21	22	23
6:45~ 7:45 Licca 朝活ヨガ	7:00~ 7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 Licca 朝活ヨガ	7:00~ 7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 CHIHOCO メディテーションYOGA	9:30~ 10:30 CHIHOCO エアリアルヨガ(ハンモック)	
	14:00~ 15:00 Licca ♡美ボディヨガ*	13:30~ 14:30 maiko ♡女性のためのヨガ		13:30~ 14:30 Licca リラックスヨガ	ヨガイイベント2DAYS ヨガラリー	
18:30~ 19:30 CHIHOCO ヨガ棒	18:15~ 19:15 Nari ハタヨガ		18:30~ 19:30 KUMI TRX®入門	18:30~ 19:30 SAE 肩甲骨ヨガ*		
19:45~ 20:45 CHIHOCO 肩甲骨ヨガ*	19:30~ 20:30 Nari 英語 de カ`70-	19:30~ 20:30 hitomi 姿勢改善ヨガ	19:45~ 20:45 Nari ハタヨガ	19:45~ 20:45 SAE エアリアルヨガ(ハンモック)		
24	25	26	27	28	29	30
6:45~ 7:45 Licca 朝活ヨガ	7:00~ 7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 Licca 朝活ヨガ	7:00~ 7:50 CHIHOCO メディテーションYOGA	7:00~ 7:50 NATSUKI モーニングヨガ		
	14:00~ 15:00 Licca ♡美ボディヨガ*	13:30~ 14:30 maiko ♡女性のためのヨガ		13:30~ 14:30 Licca リラックスヨガ	13:30~ 14:30 SAE エアリアルヨガ(ハンモック)	休
18:30~ 19:30 CHIHOCO ヨガ棒	18:15~ 19:15 Licca リラックスヨガ		18:30~ 19:30 KUMI TRX®入門	18:30~ 19:30 SAE 肩甲骨ヨガ*		
19:45~ 20:45 CHIHOCO TRX®		19:30~ 20:30 hitomi 姿勢改善ヨガ	19:45~ 20:45 CHIHOCO 背骨メンテナンスヨガ	19:45~ 20:45 SAE エアリアルヨガ(ハンモック)	18:30~ 19:30 TAKAKO ストレッチヨガ	

2017年4月和歌山城前Studioスケジュール (予約用)

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
名前			会員種別		9:00~10:00 CHIHOCCO アジャストメントヨガ	10:00~11:30 Nari 90分 ズッタヨガベーシックフロー
事務連絡事項					13:00~14:00 SAE 肩甲骨ヨガ*	
					18:30~19:30 Nari ハタヨガ	
3	4	5	6	7	8	9
6:45~7:45 CHIHOCCO メディテーションYOGA	7:00~7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~7:50 Licca 朝活ヨガ	7:00~7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~7:50 CHIHOCCO メディテーションYOGA	9:00~10:00 CHIHOCCO アジャストメントヨガ	10:00~11:30 Nari 90分 ズッタヨガベーシックフロー
	14:00~15:00 Licca ♡美ボディカ*	13:30~14:30 maiko ♡女性のためのヨガ		13:30~14:30 Licca リラクソスヨガ	13:30~14:30 SAE エアリアルヨガ(ハンモック)	
18:30~19:30 CHIHOCCO ヨガ棒	18:15~19:15 Nari ハタヨガ		18:30~19:30 CHIHOCCO 肩甲骨ヨガ*	18:30~19:30 Licca 整体ヨガ		
19:45~20:45 CHIHOCCO TRX*	19:30~20:30 Nari 英語 de 3カ70-	19:30~20:30 hitomi 姿勢改善ヨガ	19:45~20:45 Nari ハタヨガ	19:45~20:45 Licca TRX*	18:30~19:30 Nari ハタヨガ	
10	11	12	13	14	15	16
6:45~7:45 CHIHOCCO メディテーションYOGA	7:00~7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~7:50 Licca 朝活ヨガ	7:00~7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~7:50 NATSUKI メディテーションYOGA	9:30~11:00 NATSUKI 90分 ミュージックフロー	10:00~11:30 Nari 90分 ズッタヨガベーシックフロー
	14:00~15:00 Licca ♡美ボディカ*	13:30~14:30 maiko ♡女性のためのヨガ		13:30~14:30 Licca リラクソスヨガ	11:30~12:30 NATSUKI エアリアルヨガ(ハンモック)	
18:30~19:30 CHIHOCCO ヨガ棒	18:15~19:15 Nari ハタヨガ		18:30~19:30 Nari 英語 de 3カ70-	18:30~19:30 misayo ヨガ		
19:45~20:45 CHIHOCCO 背骨メンテナンスヨガ	19:45~20:45 KUMI TRX*入門	19:30~20:30 hitomi 姿勢改善ヨガ	19:45~20:45 Nari ハタヨガ	19:45~20:45 Licca TRX*	18:30~19:30 Nari ハタヨガ	
17	18	19	20	21	22	23
6:45~7:45 Licca 朝活ヨガ	7:00~7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~7:50 Licca 朝活ヨガ	7:00~7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~7:50 CHIHOCCO メディテーションYOGA	9:30~10:30 CHIHOCCO エアリアルヨガ(ハンモック)	
	14:00~15:00 Licca ♡美ボディカ*	13:30~14:30 maiko ♡女性のためのヨガ		13:30~14:30 Licca リラクソスヨガ	<p style="text-align: center;">ヨガイベント2DAYs ヨガラリー</p>	
18:30~19:30 CHIHOCCO ヨガ棒	18:15~19:15 Nari ハタヨガ		18:30~19:30 KUMI TRX*入門	18:30~19:30 SAE 肩甲骨ヨガ*		
19:45~20:45 CHIHOCCO 肩甲骨ヨガ*	19:30~20:30 Nari 英語 de 3カ70-	19:30~20:30 hitomi 姿勢改善ヨガ	19:45~20:45 Nari ハタヨガ	19:45~20:45 SAE エアリアルヨガ(ハンモック)		
24	25	26	27	28	29	30
6:45~7:45 Licca 朝活ヨガ	7:00~7:50 Nari メディテーションYOGA	7:00~7:50 Licca 朝活ヨガ	7:00~7:50 CHIHOCCO メディテーションYOGA	7:00~7:50 NATSUKI モーニングヨガ		
	14:00~15:00 Licca ♡美ボディカ*	13:30~14:30 maiko ♡女性のためのヨガ		13:30~14:30 Licca リラクソスヨガ	13:30~14:30 SAE エアリアルヨガ(ハンモック)	休
18:30~19:30 CHIHOCCO ヨガ棒	18:15~19:15 Licca リラクソスヨガ		18:30~19:30 KUMI TRX*入門	18:30~19:30 SAE 肩甲骨ヨガ*		
19:45~20:45 CHIHOCCO TRX*		19:30~20:30 hitomi 姿勢改善ヨガ	19:45~20:45 CHIHOCCO 背骨メンテナンスヨガ	19:45~20:45 SAE エアリアルヨガ(ハンモック)	18:30~19:30 TAKAKO ストレッチヨガ	