

# 2018年 11月高松YOGAスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
			1	2	3	4
お子様連れでの参加が可能なクラス (火曜・10:00～/金曜・11:15～)				10:00 kana リフレッシュヨガ	10:00 YUKI リラックスヨガ	10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ
運動量が多いクラス。 ヨガに慣れている方が対象です			11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ		
			20:00 YUKI リラックスアロマヨガ			
			21:30 SAE ヨガフロー			
5	6	7	8	9	10	11
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ				10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ	10:00 SAE ヨガフロー	白浜ビーチヨガリトリート
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ		11:30 maiko ベーシックヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:15 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	20:30 Nao リラックスヨガ	20:00 Koto やさしいストレッチヨガ	20:00 YUKI リラックスアロマヨガ	21:30 SAE ヨガフロー		
12	13	14	15	16	17	18
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ	10:00 TAKAKO コアトレヨガ			10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ	10:00 YUKI リラックスヨガ	10:00 NATSUKI 肩甲骨®ヨガ
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ		11:30 maiko ベーシックヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:15 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	20:30 Nao リラックスヨガ	20:00 Koto やさしいストレッチヨガ	20:00 YUKI リラックスアロマヨガ	21:30 SAE ヨガフロー		
19	20	21	22	23	24	25
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ	10:00 TAKAKO コアトレヨガ			10:00 YUKI リラックスヨガ	10:00 SAE 肩甲骨®ヨガ	10:00~11:30 YUKI 顔ヨガ WS @高松スタジオ
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ		11:30 maiko ベーシックヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝			
20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 Nao リラックスヨガ	20:00 Koto やさしいストレッチヨガ	20:00 YUKI リラックスアロマヨガ	21:30 SAE ヨガフロー		
26	27	28	29	30	11/25 (日) 10:00~11:30 顔ヨガ WS 講師:YUKI 参加費: ¥2800/人 会員様・非会員様もご参加いただけます(^^)♪	
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ	10:00 TAKAKO コアトレヨガ			10:00 kana リフレッシュヨガ		
11:00 EMIRI ボディチューニングヨガ		11:30 maiko ベーシックヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	11:15 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	20:30 Nao リラックスヨガ	20:00 Koto やさしいストレッチヨガ	20:00 YUKI リラックスアロマヨガ	21:30 SAE ヨガフロー		