

2018年 12月高松YOGA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="background-color: #ffffcc; padding: 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> </div>					10:00 YUKI リラックスヨガ	工事の為 休
3	4	5	6	7	8	9
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	10:00 TAKAKO コアトレヨガ		20:00 YUKI リラックスアロマヨガ 21:30 SAE ヨガフロー	10:00 kana リフレッシュヨガ 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	10:00 SAE 肩甲骨®ヨガ	工事の為 休
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				
10	11	12	13	14	15	16
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	10:00 TAKAKO コアトレヨガ	11:30 maiko ベーシックヨガ	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 kana リフレッシュヨガ 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	10:00 SAE ヨガフロー	10:00 YUKI リラックスヨガ
20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラックスヨガ	20:00 Koto やさしいストレッチヨガ				
17	18	19	20	21	22	23
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	10:00 TAKAKO コアトレヨガ	11:30 maiko ベーシックヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝	10:00 kana リフレッシュヨガ 11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	10:00 SAE 太陽礼拝	10:00 YUKI リラックスヨガ
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	21:30 SAE ヨガフロー			
24	25	26	27	28	29	30
10:00 YUKI リラックスヨガ	10:00 TAKAKO コアトレヨガ	11:30 maiko ベーシックヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラックスアロマヨガ	11:15 EMIRI ボディチューニングヨガ	10:00~ 太陽礼拝 108回 @城前スタジオ ¥1,500	休
20:00 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:30 AKIKO リラックスヨガ	20:00 Koto やさしいストレッチヨガ				
31	★12/24(月・祝) hitomiクラス 祝日の為、20:00~です。					
休	★12/29(土)10:00~ 太陽礼拝108回 和歌山城前スタジオにて 会員様・非会員様もご参加いただけます。					