

2019年 1月四ヶ郷スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
		9:45 maiko ベーシックヨガ		9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
10:30 Kana ストレッチヨガ				11:15 misayo リラックスヨガ		
	13:30 missayo 肩こり改善ヨガ		20:00 CHIHOCO ベーシックヨガ			
14	15	16	17	18	19	20
		9:45 maiko ベーシックヨガ		9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
				11:15 misayo リラックスヨガ		
			20:15 CHIHOCO ベーシックヨガ			
21	22	23	24	25	26	27
				9:45 CHIHOCO アドバンスフロー		
10:30 Kana ストレッチヨガ				11:15 misayo リラックスヨガ		
	13:30 missayo 肩こり改善ヨガ		20:00 CHIHOCO ベーシックヨガ			
28	29	30	31	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #ffffcc; margin-right: 10px;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #c6e0b4; margin-right: 10px;"></div> <div style="text-align: left;"> <p>お子様連れでの参加が可能なクラスです。 (毎週月曜・10:30、火曜・13:30、金曜・11:15)</p> <p>運動量が多いクラス。ヨガに慣れている方が対象です。</p> </div> </div>		
		9:45 maiko ベーシックヨガ				
10:30 Kana ストレッチヨガ						
	13:30 missayo 肩こり改善ヨガ		20:00 CHIHOCO ベーシックヨガ			