

2019年 3月高松YOGAスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
<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>				1	2	3
				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	9:00 CHIHOCO 朝ヨガ	10:00 misayo スッキリ朝ヨガ
4	5	6	7	8	9	10
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 リラックスヨガ	9:45 CHIHOCO ヨガフロー 11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 hitomi 肩甲骨ヨガ@ 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 19:00～ ハンドスタンド・ ピンチャマユラーサナWS @和歌山城前スタジオ	10:00 前屈・後屈が 好きになるWS @和歌山城前スタジオ 13:00 アクロヨガ WS @和歌山城前スタジオ ※詳しくは15分前まで！	9:00 CHIHOCO 朝ヨガ
11	12	13	14	15	16	17
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	9:30 CHIHOCO ヨガフロー 11:30 maiko ベーシックヨガ 20:00 Koto リラックスヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 hitomi 肩甲骨ヨガ@ 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@	10:00 misayo スッキリ朝ヨガ
18	19	20	21	22	23	24
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	9:30 CHIHOCO ヨガフロー 11:30 hitomi 肩甲骨ヨガ@ 20:00 Koto リラックスヨガ	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 20:15 SAE ヨガフロー	10:00 SAE リラックスヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ@
25	26	27	28	29	30	31
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	9:30 hitomi 肩甲骨ヨガ@ 11:30 maiko ベーシックヨガ 20:00 Koto リラックスヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 19:45 miki ボディコントロールヨガ 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@	休