

2019年 5月高松YOGAスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4	5
		休	10:00 CHIHOCO ベーシックフロー	休	10:00 SAE ヨガフロー	休
5/1~5/6までのヨガレッスン、 ヨガデイフリー会員様もご利用いただけます(^^♪ ご予約お待ちしております！						
6	7	8	9	10	11	12
	10:00 takako コアトレヨガ	9:30 CHIHOCO ヨガフロー	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラク্স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 miki ボディコントロールヨガ	10:00 YUKI リラク্সヨガ	峯岸道子 特別講座 Michiko Style Flow 13:30~15:30/ ¥4000 @高松スタジオ
20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:00 miki ボディコントロールヨガ	20:00 Koto リラク্সヨガ				
13	14	15	16	17	18	19
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	9:30 CHIHOCO ヨガフロー	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラク্স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 YUKI リラク্সヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ@
	20:00 Nao リラク্সヨガ	20:00 Koto リラク্সヨガ				
20	21	22	23	24	25	26
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	10:00 TOSHIKO ヘルシーヨガ	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラク্স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	9:30 misayo 肩こり改善ヨガ	10:00 SAE ヨガフロー
	20:00 takako リラク্সヨガ	20:00 Koto リラク্সヨガ				
27	28	29	30	31	<div style="background-color: #FFF2CC; 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: #D9EAD3; 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>	
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	9:30 CHIHOCO ヨガフロー	11:00 Nao やさしい太陽礼拝 20:00 YUKI リラク্স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		
	20:00 Nao リラク্সヨガ	20:00 Koto リラク্সヨガ				