

2019年 6月和歌山城前スケジュール

MON	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
					1	2
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%; border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>リラックス・リリース (肩こり・腰痛etc.) 汗を流したい方 しっかり動きたい方にオススメ</p> </div> <div style="width: 45%; border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>TRX トレーニングシューズをご持参ください エアリアルヨガ バンモックを使用した空中ヨガ</p> </div> </div>						
3	4	5	6	7	8	9
7:00 Nao 朝ヨガ	7:00 takako 朝ヨガ	7:00 CHIHOCO 朝ヨガ	定休日	7:00 takako 朝ヨガ	9:00 takako 朝ヨガ	
18:15 CHIHOCO TRX®	18:15 Nao リラックスヨガ	18:15 SAE エアリアルヨガ		18:00 Koto リラックスヨガ		
19:30 CHIHOCO 睡眠ヨガ	19:30 kumi TRX®	19:30 hitomi 姿勢改善ヨガ		19:45 Licca TRX®		
10	11	12	13	14	15	16
7:00 Nao 朝ヨガ	7:00 takako 朝ヨガ	7:00 CHIHOCO 朝ヨガ	定休日	7:00 CHIHOCO 朝ヨガ	9:00 takako 朝ヨガ	
18:15 CHIHOCO リラックスヨガ	18:15 kumi TRX®	18:15 YUKI エアリアルヨガ		18:00 Koto リラックスヨガ		
19:30 CHIHOCO TRX®	19:30 miki ボディコントロールヨガ	19:30 hitomi ヨガ棒		19:45 Licca TRX®		
17	18	19	20	21	22	23
7:00 Nao 朝ヨガ	7:00 takako 朝ヨガ	7:00 CHIHOCO 朝ヨガ	定休日	7:00 CHIHOCO 朝ヨガ	9:00 takako 朝ヨガ	
19:30 満月ヨガ @高松スタジオ/¥1000	18:15 Nao リラックスヨガ	19:30 hitomi 姿勢改善ヨガ		18:00 Koto リラックスヨガ		
	19:30 kumi TRX®	19:45 Licca TRX®				
24	25	26	27	28	29	30
7:00 Nao 朝ヨガ	7:00 takako 朝ヨガ	7:00 CHIHOCO 朝ヨガ	定休日	7:00 CHIHOCO 朝ヨガ	9:00 takako 朝ヨガ	
18:15 SAE 肩甲骨®ヨガ	18:15 takako コアトレヨガ	18:15 SAE エアリアルヨガ				
19:30 SAE エアリアルヨガ	19:30 kumi TRX®	19:30 hitomi ヨガ棒		19:45 Licca TRX®		