## 2020年 1月高松YOGAスケジュール

	MON		TUE		WED WED	<u> </u>	THU		FRI		SAT	1	SUN
	IVIOIN		IUL		1		2		<u> </u>		4		5
	お子様連れでの参加が可能なクラス (月・13:30~/火・10:00~/木・10:00~/金・11 運動量が多いクラス。 ヨガに慣れている方が対象です			· :15~) 休		休		体		体		体	
	6		7		8		9		10		11		12
9:45	TOSHIKO コンディショニングヨガ	10:00	takako リフレッシュヨガ	9:45	CHIHOCO ヨガフロー	10:00	KANA モーニングフローヨガ	10:00	kana ストレッチ&スローヨガ	10:00	SAE リラックスヨガ	10:00	SAE ナチュラルフローヨガ
11:00	YUMI リラックスヨガ	11:15	YUKI 肩甲骨ヨガ®	11:00	ai スタイルアップヨガ	11:15		11:15	EMIRI 骨盤底筋トレーニングヨガ				
13:30	KANA ピラティスとヨガ	13:30	michiyo 女性のためのヨガ			13:30 20:00	Licca ボディメイクヨガ YUKI リラックスヨガ	12:30	Kumi ボディリリースヨガ				
20:15	hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:15	naa 快眠ヨガ	20:00	michiyo リラックスヨガ	21:30	SAE ナチュラルフローヨガ	20:00	ほっしー 心・体リセットヨガ				
	13		14		15		16		17		18		19
9:45	TOSHIKO コンディショニングヨガ	10:00 11:15 13:30	リフレッシュヨガ YUKI 肩甲骨ヨガ® michiyo	9:45	Anny ベイシックヨガフロー ai スタイルアップヨガ	10:00 11:15 13:30	EMIRI ポディチューニングヨガ YUMI ゆるヨガベーシック Licca	10:00 11:15 12:30	kana ストレッチ&スローヨガ EMIRI 骨盤底筋トレーニングヨガ Kumi	10:00	SAE ナチュラルフローヨガ	10:00	SAE 肩甲骨ヨガ®
20:15	hitomi ヘルスタイルアップヨガ	20:15	女性のためのヨガ maa 快眠ヨガ	20:00	リラックスヨガ	20:00 21:30	ボディメイクヨガ YUKI リラックスヨガ SAE ナチュラルフローヨガ		ボディリリースヨガ				
	20		21		22		23		24		25		26
9:45	コンディショニングヨガ	10:00 11:15	リフレッシュヨガ YUKI	9:45	CHIHOCO ヨガフロー ai	10:00 11:15	モーニングフローヨガ	10:00 11:15	kana ストレッチ&スローヨガ EMIRI	10:00	misayo リラックスヨガ	10:00	SAE ナチュラルフローヨガ
13:30	ボディチューニングヨガ KANA ピラティスとヨガ	13:30	肩甲骨ヨガ® michiyo 女性のためのヨガ		スタイルアップヨガ	13:30 20:00	ゆるヨガベーシック Licca ボディメイクヨガ YUKI リラックスヨガ	12:30	骨盤底筋トレーニングヨガ Maiko リフレッシュヨガ				
20:15	ヘルスタイルアップヨガ	20:15	快眠ヨガ	20:00	michiyo リラックスヨガ	21:30	SAE ナチュラルフローヨガ	20:00	ほっしー 心・体リセットヨガ				
0.45	27	10:00	28	0:45	29	10.00	30	10:05	31				
11:00	TOSHIKO コンディショニングヨガ EMIRI ボディチューニングヨガ	10:00 11:15	takako リフレッシュヨガ YUKI 肩甲骨ヨガ®		Anny ベイシックヨガフロー ai スタイルアップヨガ	10:00 11:15	モーニングフローヨガ	11:15	KYOKO リフレッシュヨガ EMIRI 骨盤底筋トレーニングヨガ		蓮舞LINE QR		
13:30	KANA ピラティスとヨガ	13:30	用中省コカの michiyo 女性のためのヨガ		A		עער - אינורפיהו	12:30	骨盤区がドレーニングヨガ Maiko リフレッシュヨガ		ご予約はこちら		
20:15	hitomi	20:15	naa	20:00	michiyo	20:00 21:30	YUKI リラックスヨガ SAE				(体験のご予約	も可)	Elizo-7
	ヘルスタイルアップヨガ		快眠ヨガ		リラックスヨガ		ナチュラルフローヨガ						