

2020年 1月高松YOGAスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
<p>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・11:15~) 運動量が多いクラス。 ヨガに慣れている方が対象です</p>						
6	7	8	9	10	11	12
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ 11:00 YUMI リラクソヨガ 13:30 KANA ピラティスとヨガ 20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	10:00 takako リフレッシュヨガ 11:15 YUKI 肩甲骨ヨガ® 13:30 michiyo 女性のためのヨガ 20:15 naa 快眠ヨガ	9:45 CHIHOCO ヨガフロー 11:00 ai スタイルアップヨガ 20:00 michiyo リラクソヨガ	10:00 KANA モーニングフローヨガ 11:15 YUMI ゆるヨガベーシック 13:30 Licca ボディメイクヨガ 20:00 YUKI リラクソヨガ 21:30 SAE ナチュラルフローヨガ	10:00 kana ストレッチ&スローヨガ 11:15 EMIRI 骨盤底筋トレーニングヨガ 12:30 Kumi ボディリリースヨガ 20:00 ほっしー 心・体リセットヨガ	10:00 SAE リラクソヨガ	10:00 SAE ナチュラルフローヨガ
13	14	15	16	17	18	19
9:45 TOSHIKO コンディショニングヨガ 20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	10:00 takako リフレッシュヨガ 11:15 YUKI 肩甲骨ヨガ® 13:30 michiyo 女性のためのヨガ 20:15 naa 快眠ヨガ	9:45 Anny ベーシックヨガフロー 11:00 ai スタイルアップヨガ 20:00 michiyo リラクソヨガ	10:00 EMIRI ボディチューニングヨガ 11:15 YUMI ゆるヨガベーシック 13:30 Licca ボディメイクヨガ 20:00 YUKI リラクソヨガ 21:30 SAE ナチュラルフローヨガ	10:00 kana ストレッチ&スローヨガ 11:15 EMIRI 骨盤底筋トレーニングヨガ 12:30 Kumi ボディリリースヨガ	10:00 SAE ナチュラルフローヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®
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 13:30 KANA ピラティスとヨガ 20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	10:00 takako リフレッシュヨガ 11:15 YUKI 肩甲骨ヨガ® 13:30 michiyo 女性のためのヨガ 20:15 naa 快眠ヨガ	9:45 CHIHOCO ヨガフロー 11:00 ai スタイルアップヨガ 20:00 michiyo リラクソヨガ	10:00 KANA モーニングフローヨガ 11:15 YUMI ゆるヨガベーシック 13:30 Licca ボディメイクヨガ 20:00 YUKI リラクソヨガ 21:30 SAE ナチュラルフローヨガ	10:00 kana ストレッチ&スローヨガ 11:15 EMIRI 骨盤底筋トレーニングヨガ 12:30 Maiko リフレッシュヨガ 20:00 ほっしー 心・体リセットヨガ	10:00 misayo リラクソヨガ	10:00 SAE ナチュラルフローヨガ
27	28	29	30	31	<p>蓮舞LINE QRコード ご予約はこちらから☞ (体験のご予約も可)</p> 	
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 13:30 KANA ピラティスとヨガ 20:15 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	10:00 takako リフレッシュヨガ 11:15 YUKI 肩甲骨ヨガ® 13:30 michiyo 女性のためのヨガ 20:15 naa 快眠ヨガ	9:45 Anny ベーシックヨガフロー 11:00 ai スタイルアップヨガ 20:00 michiyo リラクソヨガ	10:00 KANA モーニングフローヨガ 11:15 YUMI ゆるヨガベーシック 20:00 YUKI リラクソヨガ 21:30 SAE ナチュラルフローヨガ	10:00 KYOKO リフレッシュヨガ 11:15 EMIRI 骨盤底筋トレーニングヨガ 12:30 Maiko リフレッシュヨガ		