

2020年 3月四ヶ郷スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1
2	3	4	5	6	7	8
		10:00 aoi セルフメンテナンスヨガ	10:00 misayo リラックスヨガ	9:45 YUMI ヨガフロー		
10:30 Kana ストレッチヨガ						
	13:30 misayo 肩こり改善ヨガ		20:00 YUMI リラックスヨガ			
9	10	11	12	13	14	15
		10:00 aoi セルフメンテナンスヨガ	10:00 misayo リラックスヨガ	9:45 YUMI ヨガフロー		
10:30 Kana ストレッチヨガ						
	13:30 misayo 肩こり改善ヨガ		20:00 CHIHOCO ハタヨガ			
16	17	18	19	20	21	22
		10:00 aoi セルフメンテナンスヨガ	10:00 misayo リラックスヨガ			
10:30 Kana ストレッチヨガ						
	13:30 misayo 肩こり改善ヨガ		20:00 YUMI リラックスヨガ			
23	24	25	26	27	28	29
		10:00 aoi セルフメンテナンスヨガ	10:00 misayo リラックスヨガ	9:45 YUMI ヨガフロー		
10:30 Kana ストレッチヨガ						
30	31	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start; padding: 10px;"> <div style="width: 45%;"> <p style="background-color: #FFFF00; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">お子様連れでの参加が可能なクラスです。 (毎週月曜・10:30、火曜・13:30、水曜・10:00、木曜・10:00)</p> <p style="background-color: #90EE90; 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。</p> </div> <div style="width: 45%; text-align: right;"> <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>  </div> </div>				
	13:30 misayo 肩こり改善ヨガ					