

2020年 3月高松YOGAスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1 休
2	3	4	5	6	7	8
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 20:00 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	10:00 takako リフレッシュヨガ 13:30 michiyo 女性のためのヨガ 20:15 naa 快眠ヨガ	9:45 KYOKO リフレッシュヨガ 11:00 ai スタイルアップヨガ 20:00 michiyo リラックスヨガ	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 リラックスヨガ 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 Anny ハイシックヨガフロー 20:00 ぼっしー 心・体リセットヨガ	10:00 misayo 肩こり改善ヨガ	10:00 misayo リラックスヨガ
9	10	11	12	13	14	15
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 20:00 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 Nao リラックスヨガ	9:45 CHIHO ヨガフロー 11:00 ai スタイルアップヨガ 20:00 michiyo リラックスヨガ	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 リラックスヨガ 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 ぼっしー 心・体リセットヨガ	10:00 SAE リラックスヨガ	10:00 SAE ナチュラルフローヨガ
16	17	18	19	20	21	22
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 20:00 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 ハイシックヨガフロー 11:00 ai スタイルアップヨガ 20:00 michiyo リラックスヨガ	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 リラックスヨガ 21:30 SAE ナチュラルフローヨガ	休	10:00 SAE ナチュラルフローヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®
23	24	25	26	27	28	29
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 20:00 hitomi ヘルスタイルアップヨガ	10:00 takako 肩甲骨ヨガ® 11:15 Maiko リフレッシュヨガ 13:30 michiyo 女性のためのヨガ 20:15 naa 快眠ヨガ	9:45 Anny ハイシックヨガフロー 11:00 KYOKO リフレッシュヨガ 20:00 michiyo リラックスヨガ	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 リラックスヨガ 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 ぼっしー 心・体リセットヨガ	10:00 SAE 肩甲骨ヨガ®	10:00 SAE ナチュラルフローヨガ 10:30 naa 親子ヨガ @高松スタジオ 詳細はInstagramまで!
30	31	<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>				
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 20:00 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					

蓮舞LINE QRコード
ご予約はこちらから
(体験のご予約も可)

