

2020年 4月四ヶ郷スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4	5
蓮舞LINE QRコード ご予約はこちらから☞ (体験のご予約も可) <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div>			10:00 misayo リラックスヨガ	9:45 YUMI ヨガフロー		
6	7	8	9	10	11	12
		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		
	13:30 misayo 肩こり改善ヨガ					
			20:00 YUMI リラックスヨガ			
13	14	15	16	17	18	19
		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 CHIHOCO ヨガフロー		
	13:30 misayo 肩こり改善ヨガ					
			20:00 CHIHOCO ハタヨガ			
20	21	22	23	24	25	26
		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		
	13:30 misayo 肩こり改善ヨガ					
			20:00 CHIHOCO ハタヨガ			
27	28	29	30	<div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="background-color: #FFFF00; padding: 5px; border: 1px solid black;"> 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) </div> <div style="background-color: #90EE90; padding: 5px; border: 1px solid black;"> 運動量が多いクラス。ヨガに慣れている方が対象です。 </div> </div>		
			10:00 misayo リラックスヨガ			
	13:30 misayo 肩こり改善ヨガ		20:00 YUMI リラックスヨガ			