

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1	2	3
<div style="display: flex; flex-direction: column; gap: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 10px; background-color: #f0f0f0;"></div> YOGA・ピラティス(60分)                     <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 10px; background-color: #ffff00;"></div> お子様連れOK                     <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 10px; background-color: #e0e0e0;"></div> TRX*トレーニング(30分)                     <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 10px; background-color: #ffb6c1;"></div> Antigravityハンモック(60分)                     <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 10px; background-color: #ffffff;"></div> 子連れクラス以外男性OK                 </div>				休	休	休
4	5	6	7	8	9	10
	10:00 デトックスヨガ KANA 11:30 上半身ワークアウト KANA 11:30 ストレッチヨガ Nao 20:00 肩甲骨*ヨガ SAE	10:00 ヨガフロー YUMI 11:30 AG OPEN SAE 20:00 AG OPEN SAE 20:00 リラックスヨガ michiyo	20:00 コアプログラム Licca 20:00 快眠ヨガ naa 21:30 ナチュラルフロ-ヨガ* SAE	10:00 ヒーリングヨガ kana 11:30 AG FUN① YUMI 20:00 ハタヨガ hiroko	休	10:00 肩甲骨*ヨガ SAE
11	12	13	14	15	16	17
	10:00 デトックスヨガ KANA 11:30 下半身ワークアウト KANA 11:30 肩甲骨*ヨガ SAE 19:30 AG OPEN SAE	20:00 AG OPEN SAE 20:00 リラックスヨガ michiyo	10:30 ゆるヨガ*ベ-シック YUMI 20:00 快眠ヨガ naa 21:30 ナチュラルフロ-ヨガ* SAE	10:00 ヒーリングヨガ kana 11:30 AG FUN① YUMI 19:30 フルホ*ディサ-キット KANA 19:30 ベ-シックヨガ AKIKO	16:00 リラックスヨガ Koto	10:00 ヨガフロー SAE 11:30 AG FUN① YUMI
19:30 ヘルスタイルアップヨガ* hitomi						
18	19	20	21	22	23	24
10:30 コンディショニングヨガ* TOSHIKO 12:00 AG OPEN SAE 13:30 ピラティス KANA 19:30 AG OPEN SAE 19:30 ヘルスタイルアップヨガ* hitomi	10:00 デトックスヨガ KANA 11:30 フルホ*ディサ-キット KANA 11:30 ストレッチヨガ Nao 19:30 AG FUN① YUMI 19:30 ハタヨガ hiroko 21:00 呼吸と瞑想 hiroko	10:30 ヨガフロー YUMI 20:00 リラックスヨガ michiyo	20:00 コアプログラム Licca 20:00 快眠ヨガ naa 21:30 ナチュラルフロ-ヨガ* SAE	10:00 ヒーリングヨガ kana 11:30 AG FUN① YUMI	休	10:00 肩甲骨*ヨガ SAE 11:30 TRX Licca
25	26	27	28	29	30	31
10:30 コンディショニングヨガ* TOSHIKO 13:30 ピラティス KANA 19:30 ヘルスタイルアップヨガ* hitomi	10:00 デトックスヨガ KANA 11:30 下半身ワークアウト KANA 11:30 肩甲骨*ヨガ SAE 19:30 AG OPEN SAE 19:30 ハタヨガ hiroko 21:00 呼吸と瞑想 hiroko	20:00 AG FUN① YUMI 20:00 リラックスヨガ michiyo	10:30 ヨガフロー YUMI 21:30 ナチュラルフロ-ヨガ* SAE	10:00 ゆるヨガ*ベ-シック YUMI 11:30 AG FUN① YUMI 19:30 フルホ*ディサ-キット KANA 19:30 ベ-シックヨガ AKIKO	16:00 リラックスヨガ Koto	10:00 ヨガフロー SAE

《 完全予約制 》

TEL:090-3357-8401

MAIL : info@hasumai.com

LINE ID : hasumai



LINE  
QRコード

ご予約・お問い合わせは、ホームページ・お電話・メール・ラインいずれかの方法で。