

# 蓮舞 YOGA STUDIO 叶kano LESSON SCHEDULE 【 2024年 2月 】

Mon			Tue			Wed			Thu	Fri			Sat			Sun		
									1	2			3			4		
									定休日	11:30	AntiGravity®	YUKI				10:00	リフレッシュヨガ	SAE
										16:00	ホ`ディメイク&リリース	YOKO						
										20:00	ピラティス	SAKI						
5			6			7			8	9			10			11		
9:30	ヨガ棒	CHIHOCO				9:30	ヨガフロー	CHIHOCO	定休日									
11:00	コンディショニングヨガ	TOSHIKO	10:30	AntiGravity®	misayo					11:30	AntiGravity®	YUKI	10:00	AntiGravity®	CHIHOCO	10:00	リフレッシュヨガ	SAE
			12:00	TRX®	YOKO													
14:00	ピラティス	SAKI	13:00	コンディショニング	YOKO					18:30	ヨガ棒	CHIHOCO	16:00	ホ`ディメイク&リリース	YOKO			
			18:30	へ`シックヨガ	AKIKO	18:30	リラックスヨガ	SAE		20:00	ピラティス	SAKI						
20:00	TRX®	YOKO				20:00	TRX®	Licca										
12			13			14			15	16			17			18		
9:30	ヨガフロー	CHIHOCO				9:30	AntiGravity®	CHIHOCO	定休日									
11:00	コンディショニングヨガ	TOSHIKO	10:30	AntiGravity®	misayo	11:00	デトックスヨガ	KANA		11:30	AntiGravity®	YUKI				10:00	リフレッシュヨガ	SAE
			12:00	TRX®	YOKO													
14:00	ピラティス	SAKI	13:00	コンディショニング	YOKO					16:00	ホ`ディメイク&リリース	YOKO						
			18:30	へ`シックヨガ	AKIKO	18:30	リラックスヨガ	SAE		20:00	ピラティス	SAKI						
20:00	TRX®	YOKO	20:00	AntiGravity®	CHIHOCO	20:00	TRX®	Licca										
19			20			21			22	23			24			25		
9:30	AntiGravity®	CHIHOCO				9:30	ヨガフロー	CHIHOCO	定休日									
11:00	コンディショニングヨガ	TOSHIKO	10:30	AntiGravity®	misayo					11:30	AntiGravity®	YUKI	10:00	ヨガ棒	CHIHOCO	10:00	ハタヨガ	hiroko
			12:00	TRX®	YOKO											11:30	リストラティブ`ヨガ	hiroko
14:00	ピラティス	SAKI	13:00	コンディショニング	YOKO					16:00	ホ`ディメイク&リリース	YOKO						
						18:30	リラックスヨガ	SAE		18:30	ヨガ棒	CHIHOCO						
20:00	TRX®	YOKO				20:00	TRX®	Licca	20:00	ピラティス	SAKI							
26			27			28			29							予約		
9:30	ヨガ棒	CHIHOCO							定休日									
11:00	コンディショニングヨガ	TOSHIKO	10:30	AntiGravity®	misayo	11:00	デトックスヨガ	KANA										
			12:00	TRX®	YOKO													
14:00	ピラティス	SAKI	13:00	コンディショニング	YOKO													
			18:30	へ`シックヨガ	AKIKO	18:30	リラックスヨガ	SAE										
20:00	TRX®	YOKO	20:00	AntiGravity®	CHIHOCO	20:00	TRX®	Licca										

