

蓮舞

YOGA STUDIO 叶kano LESSON SCHEDULE

【 2024年 4月 】

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1	2	3	4	5	6	7
	10:30 AntiGravity® misayo 12:00 TRX® YOKO 13:00 コンディショニング YOKO		定休日		9:30 ヨガ棒 CHIHOCO 16:00 ホ〜ティメイク&リリース YOKO	10:00 リフレッシュヨガ SAE
休	18:30 へ〜シックヨガ AKIKO 20:00 AntiGravity® CHIHOCO	18:30 リラックスヨガ SAE 20:00 TRX® Licca		18:30 ヨガ棒 CHIHOCO 20:00 ピラティス SAKI		
8	9	10	11	12	13	14
9:30 AntiGravity® CHIHOCO 11:00 コンディショニングヨガ TOSHIKO 14:00 ピラティス SAKI 20:00 TRX® YOKO	12:00 TRX® YOKO 13:00 コンディショニング YOKO 18:30 へ〜シックヨガ AKIKO 20:00 ヨガ棒 CHIHOCO	11:00 デトックスヨガ KANA 18:30 リラックスヨガ SAE 20:00 TRX® Licca	定休日	9:30 ヨガフロー CHIHOCO 18:30 ヨガ棒 CHIHOCO 20:00 ピラティス SAKI	9:30 AntiGravity® CHIHOCO 16:00 ホ〜ティメイク&リリース YOKO	
15	16	17	18	19	20	21
9:30 ヨガフロー CHIHOCO 11:00 コンディショニングヨガ TOSHIKO 14:00 ピラティス SAKI 20:00 TRX® YOKO	10:30 AntiGravity® misayo 12:00 TRX® YOKO 13:00 コンディショニング YOKO 20:00 AntiGravity® CHIHOCO	9:30 ヨガ棒 CHIHOCO 13:00 美姿勢ヨガ asami 18:30 リラックスヨガ SAE 20:00 TRX® Licca	定休日	9:30 ヨガフロー CHIHOCO 18:30 ヨガ棒 CHIHOCO 20:00 ピラティス SAKI	16:00 ホ〜ティメイク&リリース YOKO	10:00 ハタヨガ hiroko 11:30 リストラティブヨガ hiroko リストラティブ、プラス550円
22	23	24	25	26	27	28
9:30 ヨガ棒 CHIHOCO 11:00 コンディショニングヨガ TOSHIKO 14:00 ピラティス SAKI 20:00 TRX® YOKO	10:30 AntiGravity® misayo 12:00 TRX® YOKO 13:00 コンディショニング YOKO 18:30 へ〜シックヨガ AKIKO 20:00 ヨガ棒 CHIHOCO	11:00 デトックスヨガ KANA 13:00 美姿勢ヨガ asami 18:30 リラックスヨガ SAE 20:00 TRX® Licca	定休日	9:30 ヨガフロー CHIHOCO 18:30 AntiGravity® CHIHOCO 20:00 ピラティス SAKI	9:30 ヨガ棒 CHIHOCO 16:00 ホ〜ティメイク&リリース YOKO	10:00 リフレッシュヨガ SAE
29	30					
9:30 ヨガ棒 CHIHOCO 11:00 コンディショニングヨガ TOSHIKO 14:00 ピラティス SAKI 20:00 TRX® YOKO	休					