

蓮舞

YOGA STUDIO 叶kano LESSON SCHEDULE

【 2024年 6月 】

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
					1	2
						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500円
3	4	5	6	7	8	9
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 ヘッドロックヨガ AKIKO 20:00 ヨガ棒 CHIHOCO	9:30 マットピラティス CHIHOCO (バランスボール) 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 11:30 AntiGravity® YUKI 18:30 ヨガ棒 CHIHOCO 20:00 ピラティス SAKI	10:00 発酵調味料 ワークショップ 16:00 ホテイメイク&リリース YOKO	10:00 リフレッシュヨガ SAE
10	11	12	13	14	15	16
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 18:30 ヘッドロックヨガ AKIKO 20:00 AntiGravity® CHIHOCO	11:00 ピラティス 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 11:30 AntiGravity® YUKI 18:30 ヨガ棒 CHIHOCO 20:00 ピラティス SAKI	9:30 ヨガ棒 CHIHOCO 16:00 ホテイメイク&リリース YOKO	10:00 リフレッシュヨガ SAE
17	18	19	20	21	22	23
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 20:00 AntiGravity® CHIHOCO	9:30 マットピラティス CHIHOCO (バランスボール) 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 11:30 AntiGravity® YUKI 18:30 ヨガ棒 CHIHOCO 20:00 ピラティス SAKI	10:00 お味噌 ワークショップ 16:00 ホテイメイク&リリース YOKO	10:00 リフレッシュヨガ SAE
24	25	26	27	28	29	30
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 ヘッドロックヨガ AKIKO	11:00 ピラティス 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 11:30 AntiGravity® YUKI 18:30 リラックスフロー CHIHOCO 20:00 ピラティス SAKI	9:30 ヨガ棒 CHIHOCO 16:00 ホテイメイク&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500円