

# 2024年4月 スケジュール

予約番号 070-8560-2210

- 開始時間までに余裕を持ってご来店をお願いします。
- ヨガマットは感染予防のためレンタルしておりませんので、各自ご準備をお願いします。
- 運動ができる服装・ヨガマット(バスタオル代用可)・タオル・飲み物



日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
10:00~10:50	10:00~10:50	10:00~10:50	10:00~10:50	10:00~10:50	10:00~10:50	10:00~10:50
やさしい朝ヨガ	リフレッシュヨガ	アンチエイジング	やさしい朝ヨガ	朝ヨガ	朝ヨガ	リフレッシュヨガ
	11:00~11:50	15:00~15:50	11:00~11:50	15:00~15:50	15:00~15:50	11:00~11:50
	腸活ヨガ	ビギナーズフロー	リラックスヨガ	リフレッシュヨガ	肩こり解消ヨガ	リフレッシュヨガ
	15:00~15:50	18:30~19:20	18:00~18:50		18:30~19:30	
	ベーシックヨガ	姿勢改善ヨガ	腸活ヨガ		姿勢改善ヨガ	

## ご案内

春に向けて、ピラティス資格を取得中です。今年、美ボディを目指しましょう♡準備中ですので、少々お待ち下さい!

時間の変更可能です。が、午後の部はお休みしております。お問合せ下さい。