

# 2024年11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	ご案内
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	季節の変わり目です。 もう秋も終わり、そろそろ冬が近いかな… 体調崩さないように!  時間の変更可能です。 お気軽にお問合せ下さい。
やさしい朝ヨガ	リフレッシュヨガ	アンチエイジング	朝ヨガ	朝ヨガ	姿勢改善ヨガ	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	
	アンチエイジング	疲労回復ヨガ	リフレッシュヨガ	疲労回復ヨガ	脂肪燃焼ヨガ	リフレッシュヨガ	
	18:00~18:50	16:00~16:50	18:00~18:50		18:00~18:50		
	リラックスヨガ	姿勢改善ヨガ	脂肪燃焼ヨガ		リラックスヨガ		