

5月レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
8:00～8:40 陰陽ヨガ Yoko	8:00～8:40 ビギナーズフロー Taeko		8:00～8:40 朝ヨガ Ayumi		8:00～8:40 朝ヨガ Yuko.O	8:00～8:40 ビギナーズフロー Anri
		9:00～9:40 Bowspring Ken			9:00～9:40 デトックスヨガ Taeko	
10:00～10:40 骨盤ヨガ Marina	10:00～10:40 ハタヨガベーシック Mika	10:00～10:40 スローフローヨガ Yuko.O	10:00～10:40 陰ヨガ Anri	10:00～10:40 筋トレ&ストレッチ Yoko	10:00～10:40 骨盤ヨガ Mika	
11:00～11:40 アンチエイジングヨガ Mika	11:00～11:40 ボディメイクヨガ Nagisa	11:00～11:40 リラックスヨガ Mika		11:00～11:40 ムーンヨガ Anri	11:00～11:40 アンチエイジングヨガ Yoko	11:00～11:40 メディテーションヨガ SAYA
		12:00～12:40 ビギナーズフロー Ayumi				
						14:00～14:40 アンチエイジングヨガ Marina
					15:00～15:40 デトックスヨガ Mika	
	18:30～19:10 リラックスヨガ Taeko	18:30～19:10 リフレッシュヨガ SAYA	19:00～19:40 ヨガフロー Marina	18:30～19:10 骨盤ヨガ Marina		
19:30～20:10 リラックスヨガ Nagisa	20:00～20:40 ビギナーズフロー Yuko.O	19:30～20:10 デトックスヨガ Yoko	20:00～20:40 メディテーションヨガ SAYA	19:30～20:10 アンチエイジング Nagisa	20:00～20:40 リラックスヨガ Ayumi	20:00～20:40 Bowspring Ken
21:00～21:40 陰陽ヨガ Yuko.O	21:00～21:40 リフレッシュヨガ Anri	21:00～21:40 陰ヨガ SAYA		21:00～21:40 ムーンヨガ Anri		