

スタジオ・ヨギー OSAKA

tel.06-6363-2181

👤: 未経験者におすすめ
P: ピラティス

- ヨガ 60分、75分
- ピラティス 60分
- ビューティ・ベルヴィス 60分
- ウェイクアップ 60分
- ジャイロキネシス 60分
- マタニティ、ママ 60分、75分

November 11
2018

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
		07:30~08:30 ウェイクアップ (ヨガ フロー I) ミカコ								08:00~09:00 📌 ヨガリラックス ミカコ			
										09:15~10:30 📌 ヨガボディ I カナ			
11:00~12:15 ヨガフロー I ミユコ		11:00~12:00 📌 ビューティ・ ベルヴィス ミホ	11:00~12:00 📌 ヨガリラックス クミ	11:00~12:15 マタニティ・ヨガ 7日)ミユコ 14.21日)マミ 28日)ミコ		10:30~11:45 ヨガフロー I ミカコ		11:00~12:15 📌 ヨガボディ I マミ		10:45~11:45 📌 アロマヨガ リラックス カナコ		10:00~11:00 📌 体幹コントロール ピラティス I 11日)体幹コントロー ルピラティス II ノリコ	
12:30~13:45 📌 ヨガボディ I カナ	12:45~13:45 📌 体幹コントロール ピラティス I フミ	12:30~13:45 アロマヨガ フロー I アツコ	12:30~13:30 📌 体幹コントロール ピラティス I ナミ	12:45~13:45 📌 ヨガリラックス ハルナ	12:15~13:30 ヨガボディ II カナコ	12:00~13:00 📌 1日)はじめてのピラティス 8.15.22日)体幹コントロール ピラティス I 29日)体幹コントロールピラ ティス II エミ		12:30~13:30 📌 ヨガリラックス タム	13:30~14:30 産後リカバリー・ ヨガ マミコ	12:15~13:15 📌 体幹コントロール ピラティス I 17日)体幹コントロー ルピラティス II スミヨ		11:30~12:30 📌 ビューティ・ ベルヴィス 11日)整顔 ミホ	
						13:30~14:45 ヨガボディ III ミネコ				15:00~16:00 2.16.30日) ママヨガ マミコ	13:45~15:00 ヨガフロー I 10日) ヨガフロー II ミコ		13:00~14:15 ヨガフロー II チェ
14:00~15:00 📌 ヨガリラックス タム		14:00~15:15 📌 ヨガボディ I ミユコ		14:00~15:15 📌 ヨガボディ I ミカコ				14:00~15:15 シヴァナンダヨガ I ミコ		15:30~16:30 📌 ビューティ・ ベルヴィス ミユキ		14:45~15:45 📌 11日) はじめてのピラティス 4.18.25日)体幹コント ロールピラティス I エミ	
				15:30~16:30 📌 ビューティ・ ベルヴィス ミユキ				15:30~16:30 📌 体幹コントロール ピラティス I ナミ		17:00~18:15 📌 ヨガボディ I シイナ		16:15~17:30 アロマヨガ フロー I アツコ	
										18:30~19:30 📌 3.17日) ヨガリラックス 10.24日) ヨガニドラー サトミ		17:45~19:00 📌 ヨガボディ I 4日)マミ 11.18日)ヒトミ 25日)アツコ	
18:30~19:30 📌 ヨガリラックス ミカコ	18:30~19:30 📌 体幹コントロール ピラティス I 26日)代謝アップピラ ティス I エミ	19:00~20:00 📌 6.20日) ビューティ・ベ ルヴィス 13.27日) ベルヴィス・ フローダンス ナナエ	18:45~20:00 6.20日) シヴァナンダヨガ I 13.27日) 📌 ヨガボディ I ミコ	18:30~19:45 ヨガフロー I カナ	18:30~19:30 7.21日) 📌 体幹コントロール ピラティス I 14.28日)体幹コント ロールピラティス II スミヨ	18:45~20:00 📌 ヨガボディ I チェ	19:00~20:00 📌 代謝アップ ピラティス I ナミ	18:45~19:45 📌 ヨガリラックス 16日) ヨガニドラー ミコ	18:30~19:30 2.16.30日) 📌体幹コン トロールピラティス I 9日) 体幹コントロール ピラティス II レイコ				
19:45~21:00 5.19日) 📌 ヨガボディ I 12.26日) ヨガボディ II マスミ		20:15~21:15 📌 アロマヨガ リラックス サトミ		20:00~21:15 📌 ヨガボディ I ミネ	20:00~21:15 14.28日) ヨガ メディテーション カナ	20:15~21:15 📌 ビューティ・ベルヴィス 1日)ミユキ 8.22日)アイコ 整顔 15日)ミユキ		20:00~21:15 📌 ヨガボディ I マスミ					

11月23日(金・祝)スケジュール

11:00~12:15 ヨガボディ I 📌 マミ
12:30~13:45 ヨガボディ II 📌 マスミ
14:00~15:00 体幹コントロールピラティス I 📌 ナミ
15:30~16:30 ヨガリラックス 📌 ミユコ