

スタジオ・ヨギー 川崎

tel.044-245-4130

1

Jan 2019

👇: 未経験者におすすめ

🟡 ヨガ 60分、75分

🟢 ピラティス 60分

🟣 ビューティ・ペルヴィス 60分

🟠 マタニティ、リカバリー 60分、75分

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
	10:00 ~ 11:15 フロー I マリ 1日休講			10:00 ~ 11:15 シヴァナンダヨガ I ノリコ		
10:30 ~ 11:45 ボディ I ナナエ	11:30 ~ 12:30 ビューティ・ペルヴィス マユミ 1日休講	10:30 ~ 11:30 体幹コントロールピラ ティス I マサコ 2日休講	10:30 ~ 11:45 フロー I マユミ 3日休講	11:30 ~ 12:30 リラックス ノリコ	10:30 ~ 11:45 アロマヨガ フロー I カズエ	10:30 ~ 11:30 ビューティ・ペルヴィス リエコ 6日 ペルヴィス・フローダンス
12:15 ~ 13:30 フロー I アキラ	12:45 ~ 14:00 ボディ I リツコ 1日休講	12:00 ~ 13:00 産後リカバリー・ヨガ アコ 2日休講	12:15 ~ 13:15 ビューティ・ペルヴィス リエコ 17日筋膜ストレッチ(く びれ) 3日休講	13:00 ~ 14:00 体幹コントロールピラ ティス I マリコ	12:00 ~ 13:00 アロマヨガ リラックス (60分) カズエ	12:00 ~ 13:00 体幹コントロールピラ ティス I マサコ
13:45 ~ 14:45 代謝アップピラティス I タケマサ	14:15 ~ 15:30 アロマヨガ フロー I リツコ 1日休講	13:30 ~ 14:45 マタニティ・ヨガ アコ 2日休講	13:30 ~ 14:30 体幹コントロールピラ ティス I ヨリコ 3日休講		13:30 ~ 14:30 ビューティ・ペルヴィス マユミ	13:30 ~ 14:45 フロー I トモミ
					15:00 ~ 16:00 代謝アップピラティス I ミユキ	15:15 ~ 16:15 リラックス ナナエ
					16:30 ~ 17:45 フロー I ムツミ	16:30 ~ 17:45 シヴァナンダヨガ I ノリコ 27日シヴァナンダヨガ II
18:30 ~ 19:30 リラックス タダヒコ 14日休講	18:30 ~ 19:30 体幹コントロールピラ ティス I カズエ 1日休講	18:30 ~ 19:45 ボディ I ユキ 2日休講	18:30 ~ 19:45 フロー I ノリ 3日休講	18:30 ~ 19:30 ビューティ・ペルヴィス ミユキ 4日休講	<div style="border: 2px dashed orange; padding: 5px;"> <p>時間変更、クラス変更は赤字か□枠で記されております。</p> <p>お間違えがないようご注意くださいませ。</p> <p>* 代講・休講情報の詳細は、WEB予約システムでご確認下さい。</p> </div>	
19:45 ~ 20:45 ビューティ・ペルヴィス サエ 14日休講	19:45 ~ 21:00 フロー I シマ 8・22日 ボディ I 1日休講	20:00 ~ 21:00 体幹コントロールピラ ティス I ヨリコ 2日休講	20:00 ~ 21:00 リラックス ノリ 3日休講	19:45 ~ 20:45 代謝アップピラティス I ミユキ 4日休講		