

📍: 未経験者におすすめ

MARCH
2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
	9:00 ~ 10:15 アロマヨガフロー I キコ	9:00 ~ 10:15 ヨガボディ II ミカ			9:00 ~ 10:15 ヨガボディ II ナナエ	9:45 ~ 10:45 📍 3・17・31日) 代謝アップピラティス I 10・24日) 姿勢改善ピラティス タケマサ
10:30 ~ 11:45 4・18日) ヨガボディ II 11・25日) ヨガフロー II キョウコ	10:30 ~ 11:30 📍 ヨガリラックス キコ	10:30 ~ 11:45 📍 ヨガボディ I ミカ	10:30 ~ 11:30 📍 体幹コントロールピラ ティス I ノリ		10:30 ~ 11:45 📍 ヨガボディ I	11:00 ~ 12:15 ヨガフロー II ユキ
12:00 ~ 13:15 📍 ヨガボディ I キョウコ	11:45 ~ 12:45 📍 体幹コントロールピラ ティス I カズエ	12:00 ~ 13:00 📍 アロマリラックス リツコS 6日) ヨガニドラー ~寝たままヨガ	12:00 ~ 13:15 ヨガフロー I タダヒコ		12:15 ~ 13:15 📍 筋膜ストレッチシリ ズ 2日) 整顔 9日) くびれ 16日) 美脚 23日) ペルヴィス・フローダンス 30日) ビューティ・ペルヴィ マサコ	12:30 ~ 13:30 📍 ビューティ・ペルヴィ ス マユミ
13:30 ~ 14:30 📍 ビューティ・ペルヴィ ス マユミ	13:00 ~ 14:15 📍 ヨガボディ I リオ	13:15 ~ 14:15 📍 体幹コントロールピラ ティス I リツコS	13:30 ~ 14:45 ヨガメディテーション タダヒコ 21日) 休講		13:45 ~ 14:45 📍 体幹コントロールピラ ティス I マリコ	13:45 ~ 15:00 📍 ヨガボディ I リオ
			21日(祝)のみ 📍 13:30 ~ 15:00 ★ワークショップ★ タダヒコ			
			20:15 ~ 21:15 📍 ビューティ・ペルヴィ ス サエ 21日(祝)のみ開催			
19:00 ~ 20:15 ヨガフロー I タカコ	19:00 ~ 20:00 📍 ヨガリラックス ユキエ	19:00 ~ 20:15 アロマヨガフロー I ムツミ	19:00 ~ 20:00 📍 体幹コントロールピラ ティス I マリコ 21日) 休講			
20:30 ~ 21:30 📍 アロマリラックス タカコ	20:15 ~ 21:30 ヨガボディ II ユキエ	20:30 ~ 21:30 📍 ヨガニドラー ~寝たままヨガ ムツミ	20:15 ~ 21:15 📍 ビューティ・ペルヴィ ス サエ 21日) 休講			

金曜日 定休日

【 営業時間 】

月 木 10:00 ~ 15:00
 18:30 ~ 21:30
 火 水 8:30 ~ 15:00
 18:30 ~ 21:30
 土 8:30 ~ 16:30
 日 9:30 ~ 16:15

定休日 : 金曜日

※ご予約、ご見学、各種お手続きは
上記時間内にお問い合わせください