

スタジオ・ヨギー 湘南藤沢

tel.0466-55-6336

- ヨガ 60分、75分
- ピラティス 60分
- ビューティ・ベルヴィス/筋膜スト
- レッチ/フローダンス 各60分

3

👉: 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		金 曜 日 定 休 日	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 📌 コンディショニングヨガ <耳なり> キコ * 期間限定	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 ~寝たまんまヨガ	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ーズ 2日)整顔 9日)くびれ 16日)美脚 23日)ベルヴィス・フローダンス 30日)ビューティ・ベルヴィス マサコ	12:30 ~ 13:30 📌 ビューティ・ベルヴィス マユミ	
13:30 ~ 14:30 📌 ビューティ・ベルヴィス 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			15:15 ~ 16:30 アロマヨガフロー I	15:15 ~ 16:15 📌 ヨガリラックス リオ
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 ~寝たまんまヨガ ムツミ	20:15 ~ 21:15 📌 ビューティ・ベルヴィス サエ 21日) 休講				

【 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
