

スタジオ・ヨギー 川崎

tel.044-245-4130

4

2019 April

👇: 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			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	10:30 ~ 11:30 体幹コントロールピラ ティス I マサコ	10:30 ~ 11:45 フロー I マユミ 4日 ボディ I	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 7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	11:45 ~ 13:00 フロー II アコ 10・24日 ボディ II	12:15 ~ 13:15 ビューティ・ペルヴィス リエコ 18日筋膜ストレッチ(く びれ)	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	13:30 ~ 14:45 マタニティ・ヨガ アコ	13:30 ~ 14:30 体幹コントロールピラ ティス I ヨリコ		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 ミュキ	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
18:30 ~ 19:30 リラックス ユウキ 29日休講	18:30 ~ 19:30 体幹コントロールピラ ティス I カズエ 30日休講	18:30 ~ 19:45 ボディ I ユキ	18:30 ~ 19:45 フロー I ノリ	18:30 ~ 19:30 ビューティ・ペルヴィス ミュキ	<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せ。</p> <p>お間違えがないようご注意ください。</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 29日休講	19:45 ~ 21:00 フロー I シマ 9・23日 ボディ I 30日休講	20:00 ~ 21:00 体幹コントロールピラ ティス I ヨリコ	20:00 ~ 21:00 リラックス ノリ	19:45 ~ 20:45 美尻ピラティス (期間限定) ミュキ		