

MON		TUE		WED	THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	B	A	B	A	B	A	B	A	B
11:00 ~ 12:15 ヨガアライメント I ユカリ		11:30 ~ 12:45 アロマヨガ フロー I キコ		定 休 日	11:00~12:00 バランスボールピ ラティス ヤスヨ	10:30~11:45 アシュタンガヨガ I 14,28日) アシュタ ンガヨガII トモヒロ	11:00~12:15 ヨガフロー I フェイ ※1日休講		11:00 ~ 12:00 ジャイロキネシス ヤスヨ ※2日休講		11:00 ~ 12:00 体幹コントロール ピラティス I ヤスヨ ※3日休講	
13:00 ~ 14:00 📍 ピラティスビギ ナー マユ		13:30~14:30 📍 アロマヨガリラッ クス カヨ			12:30 ~ 17:45 スタジオクローズ		13:00 ~ 14:00 📍 ヨガリラックス カヨ ※1日休講		12:45 ~ 14:00 ヨガフロー I カヨ ※2日休講	13:00~14:15 📍 ヨガビギナー マユミ ※2日休講	12:45 ~ 14:00 ヨガフローII トモ ※3日休講	12:45~13:45 📍 ピラティスビギ ナー ノブオ ※3日休講
※4日のみ開催 14:45~15:45 バランスボールピ ラティス ヤスヨ		15:00~16:00 スタジオクローズ					14:45~16:00 ヨガフロー I ユカリ ※1日休講		14:45 ~ 15:45 📍 代謝アップピラティ スI 30日) 代謝アップピ ラティスII サトミ ※2日休講	15:15~16:30 ヨガフローII ハッチ ※2日休講	14:45 ~ 16:00 アロマヨガ フロー I キコ ※3日休講	
14:30~17:45 スタジオクローズ		16:30 ~ 17:30 体幹コントロールピ ラティス I イクコ ※5日のみ15:15~開 催			平日にスタジオクローズ時間を設けております。 ご予約・ご見学・各種お手続き・電話受付・受講受 付等は スタジオクローズ時間外にご案内致します。		16:30 ~ 17:45 スタジオクローズ		16:30 ~ 17:30 📍 ヨガリラックス ヤスヨ ※2日休講		16:30 ~ 17:30 📍 アロマヨガ リラックス キコ ※3日休講	
18:30 ~ 19:45 アロマヨガ フロー I ジジョン ※4日休講 ※11日のみ15:00~開催	18:30~ 19:30 📍 ボディメイク& ビューティエクサ サイズ ニノ ※4,11日休講	18:30 ~ 19:30 ピラティスビギナー 📍 12,26日) 体幹コント ロールピラティスI イクコ ※5日休講	18:30 ~ 19:30 📍 ヨガリラックス カコ ※5日休講			18:30 ~ 19:45 ヨガフロー II アキラ	18:30~ 19:30 📍 ビューティ・ペル ヴィス キョウコ	19:00~20:15 アシュタンガヨガI 8,22日) アシュタン ガヨガII トモヒロ ※1日休講	18:30 ~ 19:30 📍 【期間限定】 美尻ピラティス サトミ ※1日休講			
							20:00~21:15 ヨガフロー I アキラ					
<ul style="list-style-type: none"> <li>・クラス及び担当インストラクターは急遽変更となる場合がございます。</li> <li>・スタジオへは各日1本目のクラス開始30分前よりお入りいただけます。</li> <li>・当日のご予約及びキャンセルの電話受付も同時刻より開始となっております。</li> <li>・受付が混み合っている場合、電話に出られない可能性がございます。</li> </ul> <p>お急ぎの方は、他スタジオへご連絡ください。</p>												
<p style="text-align: center;"><b>【年末年始の営業について】</b> 12月28日(月) ~1月3日(日) 終日休講</p> <p>◇1月4日(月) 11:00~12:15 ヨガアライメント(ユカリ) 13:00~14:00 ピラティスビギナー(マユ) 14:45~15:45 バランスボールピラティス(ヤスヨ)</p> <p>◇1月5日(火) 11:30~12:45 アロマヨガフロー I (キコ) 13:30~14:30 アロマヨガリラックス(カヨ) 15:15~16:15 体幹コントロールピラティス I (イクコ)</p> <p><b>【定休日】 毎週水曜日</b></p>												