

スタジオ・ヨギー 麻布十番

tel.03-5427-7377

7

📌: 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・ベルヴィス 60分
■ マタニティ、ママ 60分、75分
■ ウェイクアップ
 ヨガ、ピラティス 60分

July-2018

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
7:30~8:30 📌 ウェイクアップ カコ ※16日休講		7:30~8:30 📌 ウェイクアップ ジヒ	※天候やインストラクターの都合により、 急な代講、休講になることがあります。			
		9:30~10:30 📌 ヨガ リラックス ヨシミ				9:30~10:45 ヨガ フロー I キコ
10:00~11:15 📌 ヨガ ボディ I カコ	10:00~11:00 ママヨガ ミズハ ※31日キッズヨガ	10:45~12:00 📌 ヨガ ボディ I ヨシミ	10:00~11:00 産後リカバリー・ヨガ アコ	10:00~11:15 アロマ フロー I キコ	10:00~11:00 📌 7,21日)体幹コントロール ピラティス I 14,28日) 代謝アップピラティス I アユミ	11:15~12:30 マタニティ・ヨガ メイコ
11:45~12:45 産後リカバリー・ヨガ メイコ	11:45~12:45 📌 ビューティ・ベルヴィス トモヨ		11:30~12:45 マタニティ・ヨガ アコ	11:30~12:30 📌 代謝アップピラティス I ジヒ	11:30~12:45 ヨガ フロー I トモ	13:15~14:15 📌 ヨガ リラックス メイコ
13:30~14:45 マタニティ・ヨガ メイコ ※16日ヨガフロー II	13:00~14:00 📌 ヨガ リラックス 最終週) ヨガニドラー リー	13:00~14:00 📌 体幹コントロールピラ ティス I ヤスヨ	13:30~14:45 📌 ヨガ ボディ I キョウコ	13:00~14:00 📌 ビューティ・ベルヴィス エミ	13:00~14:15 📌 ヨガ ボディ I トモ	14:45~15:45 📌 筋膜シリーズ ※詳細は下記ご覧下さい キヨコ
麻布十番スタジオ【初】ワークショップ チネイザン+ヨガ(キコ先生)開催!! 女性限定 2018年7月16日月曜日(祝)15:45分~120分					14:30~15:30 📌 ビューティ・ベルヴィス ヨウコ	16:15~17:15 📌 体幹コントロールピラ ティス I ヤスヨ
					15:45~16:45 📌 アロマ リラックス カヨ	
18:30~19:45 ヨガ フロー I マリ ※16日休講	18:30~19:30 📌 ビューティ・ベルヴィス エミ	18:45~19:45 📌 体幹コントロールピラ ティス I ユカリ	18:30~19:45 📌 ヨガ ボディ I ヒロミ K	18:30~19:30 📌 ビューティ・ベルヴィス ジュンコ	毎週日曜日14:45~15:45 筋膜シリーズ 1日) くびれ 8日) 美脚 15日) 整顔 22日) くびれ 29日) 美脚	
20:00~21:00 📌 アロマ リラックス マリ ※16日休講	19:45~21:00 ヨガ フロー I アキナ	20:00~21:15 4,18日)ヨガ ボディ II 11,25日)ヨガ フロー II ユカリ	20:00~21:00 📌 代謝アップピラティス I ジヒ	19:45~21:00 📌 ヨガ ボディ I ジュンコ		