

2018年 5月 レッスンスケジュール							
Time	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
Day		1	2	3	4	5	6
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	10:10 Nodoka ベーシック		10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK	10:10 GWイベント① ファミリーヨガ	
11:00							
12:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ		11:35 Nodoka 整体ヨガ	11:40 GWイベント② 脂肪燃焼プログラム	
13:00							
14:00				13:30 Yukie リラックスヨガ			
15:00				15:00 Yukie リストラティブヨガ			
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
Day	7	8	9	10	11	12	13
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	11:35 Nodoka Perfect Body		10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK	10:10 Nodoka キッズヨガ Jellyfish	10:10 Nodoka パワーヨガ
11:00							
12:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ		11:35 Nodoka 整体ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ	11:35 Nodoka リラックスヨガ
13:00							
14:00				13:30 Yukie リラックスヨガ			
15:00				15:00 Yukie リストラティブヨガ			
16:00			16:00 Nodoka キッズヨガ Dolphin				
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
Day	14	15	16	17	18	19	20
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	10:10 Nodoka ベーシック		10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK	10:10 Nodoka キッズヨガ Jellyfish	10:10 Nodoka パワーヨガ
11:00							
12:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ		11:35 Nodoka 整体ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ	11:35 Nodoka リラックスヨガ
13:00							
14:00				13:30 Yukie リラックスヨガ			
15:00				15:00 Yukie リストラティブヨガ			
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
Day	21	22	23	24	25	26	27
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	11:35 Nodoka Perfect Body		10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK		10:10 Nodoka パワーヨガ
11:00							
12:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ		11:35 Nodoka 整体ヨガ		11:35 Nodoka リラックスヨガ
13:00							
14:00				13:30 Yukie リラックスヨガ	13:30 Nodoka シニアヨガ New!		
15:00				15:00 Yukie リストラティブヨガ			
16:00			16:00 Nodoka キッズヨガ Dolphin				
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
Day	28	29	30	31			
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	10:10 Nodoka ベーシック		<p>～注意事項～</p> <p>※1レッスン60分レッスンとなります。</p> <p>※レッスン開始時間15分前よりスタジオ入り可能です。</p> <p>※子連れOKのヨガは1歳くらいからお子様同伴可能です。</p> <p>※内容・時間の変更やインストラクターが代行になる場合もあります。</p> <p>※ご予約はEメールまたは予約システムからお願い致します。</p> <p>※予約・キャンセルはレッスン開始3時間前まで可能です。 3時間を切ったキャンセル・無断欠席はキャンセル料1,300円をお支払致しますのでご注意ください。</p> <p>※キッズヨガ体験予約は当日朝9:00で締め切らせて頂きます。</p>		
11:00							
12:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ				
13:00							
14:00			13:30 Yukie リラックスヨガ				
15:00			15:00 Yukie リストラティブヨガ				
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							

2018年 4月 レッスンスケジュール

Time	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
Day							1
10:00	～注意事項～						
11:00	※1レッスン60分レッスンとなります。						
12:00	※レッスン開始時間15分前よりスタジオ入り可能です。						
13:00	※子連れOKのヨガは・※子連れOKのヨガは1歳くらいからお子様同伴可能です。						
14:00	※内容・時間の変更やインストラクターが代行になる場合もあります						
15:00	ご予約の際はHPの最新スケジュールをご確認下さい。						
16:00	※ご予約はEメールまたは予約システムからお願い致します。						
17:00	※予約・キャンセルはレッスン開始3時間前まで可能です。						
18:00	3時間を切ったキャンセル・無断欠席はキャンセル料1,300円をお支払頂きますのでご注意ください。						
19:00	※キッズヨガ体験予約は当日朝9:00で締め切らせて頂きます。						
20:00							
Day	2	3	4	5	6	7	8
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	10:10 Nodoka ベーシック		10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK	10:10 Nodoka キッズヨガ Jellyfish	10:10 Nodoka パワーヨガ
11:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ		11:35 Nodoka 整体ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ	11:35 Nodoka リラクソヨガ
13:00				13:30 Yukie リラクソヨガ			
14:00				15:00 Yukie リストラティブヨガ			
15:00							
16:00							
17:00							
18:00			18:00 Ami リラクソヨガ				
19:00			19:30 Ami パワー&リラクゼーション				
20:00							
Day	9	10	11	12	13	14	15
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	11:35 Nodoka Perfect Body		10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK		10:10 Nodoka パワーヨガ
11:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ		11:35 Nodoka 整体ヨガ		11:35 Nodoka リラクソヨガ
13:00				13:30 Yukie リラクソヨガ			
14:00				15:00 Yukie リストラティブヨガ			
15:00							
16:00			16:00 Nodoka キッズヨガ Dolphin				
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
Day	16	17	18	19	20	21	22
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	10:10 Nodoka ベーシック		10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK	10:10 Nodoka キッズヨガ Jellyfish	10:10 Nodoka パワーヨガ
11:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ		11:35 Nodoka 整体ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ	11:35 Nodoka リラクソヨガ
13:00				13:30 Yukie リラクソヨガ			
14:00				15:00 Yukie リストラティブヨガ			
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00			19:30 Nodoka パワー&リラクゼーション				
20:00							
Day	23/30	24	25	26	27	28	29
10:00		10:10 Nodoka ママヨガ with baby	11:35 Nodoka Perfect Body		10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK		10:10 Nodoka パワーヨガ
11:00		11:35 Nodoka 骨盤調整ヨガ	11:35 Nodoka マタニティヨガ		11:35 Nodoka 整体ヨガ		11:35 Nodoka リラクソヨガ
13:00				13:30 Yukie リラクソヨガ			
14:00				15:00 Yukie リストラティブヨガ			
15:00							
16:00			16:00 Nodoka キッズヨガ Dolphin				
17:00							
18:00			18:00 Ami リラクソヨガ				
19:00			19:30 Ami パワー&リラクゼーション				
20:00							