

2017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	7
10:00			10:10 Nodoka ベーシック	10:10 Nodoka 骨盤Diet 子連れOK		10:10 Hideko 骨盤調整ヨガ	
11:00							
12:00			11:35 Nodoka ママヨガ with baby	11:35 Nodoka 骨盤+小顔フェイシャル		11:35 Hideko ベーシック	
13:00							
14:00				13:30 Yukie リラックスヨガ			
15:00				15:00 Yukie やさしいパワー			
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
	8	9	10	11	12	13	14
10:00		10:30 Nodoka ママヨガ with baby	10:10 Nodoka ベーシック		10:10 Rieko 骨盤Diet 子連れOK	10:10 Hideko リラックスヨガ	10:10 Nodoka ディープリラクゼーション
11:00							
12:00					11:35 Rieko マタニティヨガ	11:35 Hideko パワーヨガ	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 やさしいパワー			
16:00			15:40 Nodoka ヨガ部(上鶴間高校)			14:30 Nodoka キッズヨガ	
17:00							
18:00	18:00 Yukie ベーシック		18:00 Ami リラックスヨガ		18:00 Ami パワー&リラクゼーション		
19:00							
20:00	19:30 Yukie 疲労回復ヨガ		19:30 Ami やさしいパワー		19:30 Ami 骨盤調整ヨガ		
	15	16	17	18	19	20	21
10:00			10:10 Nodoka ベーシック	10:10 Nodoka 骨盤調整ヨガ	10:10 Rieko 骨盤Diet 子連れOK	10:10 Hideko 骨盤調整ヨガ	
11:00							
12:00			11:35 Nodoka ママヨガ with baby		11:35 Rieko マタニティヨガ	11:35 Hideko ベーシック	
13:00							
14:00				13:30 Yukie リラックスヨガ			
15:00				15:00 Yukie やさしいパワー			
16:00						14:30 Nodoka キッズヨガ	
17:00							
18:00			18:00 Ami リラックスヨガ		18:00 Ami パワー&リラクゼーション		
19:00			19:30 Ami やさしいパワー		19:30 Ami 骨盤調整ヨガ		
20:00							
	22	23	24	25	26	27	28
10:00			10:10 Nodoka ベーシック	10:10 Nodoka 骨盤調整ヨガ	10:10 Rieko 骨盤Diet 子連れOK	10:10 Hideko リラックスヨガ	10:10 Nodoka 背中美人ヨガ
11:00							
12:00			11:35 Nodoka ママヨガ with baby		11:35 Rieko マタニティヨガ	11:35 Hideko パワーヨガ	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 やさしいパワー			
16:00							
17:00							
18:00		18:00 Yukie ベーシック	18:00 Ami リラックスヨガ		18:00 Ami パワー&リラクゼーション		
19:00							
20:00		19:30 Yukie 疲労回復ヨガ	19:30 Ami やさしいパワー		19:30 Ami 骨盤調整ヨガ		
	29	30	31				
10:00			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1～3歳(未就園児)の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円をお支払頂き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 ママヨガ with baby				
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00			18:00 Ami リラックスヨガ				
19:00							
20:00			19:30 Ami やさしいパワー				