

#NAME?

# スタジオ・ヨギー 湘南藤沢

tel.0466-55-6336

♥: 未経験者におすすめ  
B: ビギナーズ

- ヨガ 60分、75分
- ピラティス 60分
- ビューティ・ベルヴィス 75分
- ベルヴィス・フローダンス 60分
- マタニティ 60分、75分

# 9

September  
2016

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
10:30 ~ 11:45 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック マリコ	10:30 ~ 11:45 アロマヨガ キコ	10:30 ~ 11:30 産後リカバリー・ヨガ リッコS	10:30 ~ 11:30 ♥ コアコントロールピラティス・ベーシック ナオコ	10:30 ~ 11:45 ヨガ フロー ユウ	10:30 ~ 11:45 ♥ ヨガ フロー・ベーシック 24日) ヨガ フロー ルミ	10:30 ~ 11:45 ヨガ ボディ ユキ 18日) コアコントロール ピラティス・ベーシック (60分) ♥
12:15 ~ 13:30 ♥ ビューティ・ベルヴィス アキコ	12:15 ~ 13:15 ♥ <b>NEW</b> コアコントロールピラティス・ベーシック 6日) ウェルカム・ピラティス カズエ	12:15 ~ 13:30 マタニティ・ヨガ リッコS	12:15 ~ 13:30 ♥ ヨガ フロー・ベーシック タダヒコ	12:15 ~ 13:30 リストラティブヨガ ユウ 9日・23日) リラックス (60分) ♥	12:15 ~ 13:15 ♥ リラックス 24日) ヨガ ボディ・ベーシック (75分) ルミ	12:15 ~ 13:30 ♥ ビューティ・ベルヴィス マユミ
14:00 ~ 15:00 ♥ リラックス マリコ	14:00 ~ 15:00 ♥ リラックス 6日) ヨガ・ニドラー リッコS	14:00 ~ 15:00 ♥ コアコントロールピラティス・ベーシック リッコS	14:00 ~ 15:15 ヨガ メディテーション・ベーシック タダヒコ	14:00 ~ 15:15 ♥ ビューティ・ベルヴィス マユミ	14:00 ~ 15:15 ♥ ビューティ・ベルヴィス 24日) ベルヴィス・フローダンス (60分) マサコ	14:00 ~ 15:15 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック リオ
19日(祝日)のみ開催 15:30 ~ 16:45 ♥ ヨガ フロー・ベーシック リオ			22日(祝日)のみ開催 15:30 ~ 16:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス マユミ		15:45 ~ 16:45 ♥ コアコントロールピラティス・ベーシック マリコ 17日) 15:30~16:45 アロマヨガ	15:45 ~ 16:45 ♥ リラックス リオ

※19日(月)・22日(木)は祝日スケジュールのため、18時以降のクラスは休講となります。  
※代講・休講情報の詳細は、スタジオの掲示やブログをご確認ください。

18:30 ~ 19:45 ♥ 5日) ヨガ ボディ・ベーシック 12日・26日) ヨガ フロー・ベーシック リオ 19日) 休講	18:30 ~ 19:45 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック ルミ	18:30 ~ 19:30 ♥ リラックス 28日) ヨガ・ニドラー マユミ	18:30 ~ 19:30 ♥ コアコントロールピラティス・ベーシック マリコ 22日) 休講	18:30 ~ 19:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス ミユキ
20:00 ~ 21:00 ♥ リラックス リオ 19日) 休講	20:00 ~ 21:00 ♥ ヨガ・ニドラー (寝たままヨガ) ルミ	19:45 ~ 21:00 7日) ヨガ ボディ・ベーシック ♥ 14日) ヨガ フロー・ベーシック ♥ 21日) ヨガ ボディ 28日) ヨガ フロー マユミ	19:45 ~ 21:00 ♥ <b>NEW</b> ビューティ・ベルヴィス マユミ 22日) 休講	20:00 ~ 21:00 ♥ コアコントロールピラティス・ベーシック ミユキ

◆◇9月特別スケジュールのお知らせ  
◇◆  
19日(月・祝)15:30~ ヨガ フロー・ベーシック (リオ)  
22日(木・祝)15:30~ ビューティ・ベルヴィス (マユミ)