

スタジオ・ヨギー 町田

tel.042-739-5623

2

January 2017

♥: 未経験者におすすめ
隔) 隔週
奇) 奇数週
偶) 偶数週
最終) 最終週

■ 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
■ マタニティ 75分
■ 産後リカバリー 60分

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
10:30~11:45 ♥ ヨガ フロー・ベーシック リオ	10:30~11:45 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック ユウ	10:30~11:30 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック リエ	10:30 ~ 11:45 ♥ ヨガ フロー・ベーシック ヒロ	10:30~11:30 産後リカバリー・ヨガ ルミ	10:30~11:30 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック サトミ	10:30~11:45 ♥ ヨガ フロー・ベーシック リオ
12:15~13:15 ♥ ジェントル・ピラティス タッチ	12:15~13:30 ♥ ビューティ・ベルヴィス ユウ ※28日⇒フローダンス ♥ (60分)	12:15 ~ 13:30 アロマヨガ ミュ	12:15 ~ 13:15 ♥ ヨガ リラックス ヒロ	12:15 ~ 13:30 マタニティ・ヨガ ルミ	12:15 ~ 13:30 ♥ ヨガ フロー・ベーシック キョウコ	12:15 ~ 13:15 ♥ ヨガ リラックス キワ
14:00 ~ 15:15 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック マリ	14:00 ~ 15:00 ♥ ヨガ ニドラー (寝たまんまヨガ) ミユキ ※28日⇒マミ	14:00~15:15 ♥ ビューティ・ベルヴィス アキコ	14:00 ~ 15:00 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック サトミ	14:00 ~ 15:00 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック マリコ ※24日⇒マミ	14:00 ~ 15:00 ♥ ヨガ リラックス キョウコ	14:00 ~ 15:15 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック キワ
					15:30~16 : 45 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック ルミ	15 : 45~17:00 ♥ ビューティ・ベルヴィス マユミ
18:15~19:15 ♥ ヨガ リラックス アキラ	18:30~19:45 ♥ ヨガ ボディ・ベーシック リオ	18:15~19:15 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック ヒカル※8日・15日⇒フロー ピラティス・ベーシック シヒ	18:45~19:45 ♥ ジェントル・ピラティス タッチ	18:30~19:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス マユミ	11日祝限定 17:00~18:00 ♥ ヨガ ニドラー (寝たまんまヨガ) ルミ	
19:30~20:45 ♥ ヨガ フロー・ベーシック アキラ	20:00~21:00 ♥ ヨガ リラックス リオ	19:30~20:30 ♥ ヨガ リラックス ヒカル ※8日・15日⇒ルミ	20:00~21:00 ♥ コア・コントロール ピラティス・ベーシック タッチ	20:00~21:00 ♥ ヨガ リラックス マリ	<p>★2月のスケジュールのお知らせ★</p> <p>※11日祝限定で17:00~のクラスがございます。 ※変更箇所は赤字となっております。 ※天候やインストラクターの都合により、急な</p>	