

スタジオ・ヨギー 町田

tel.042-739-5623

12

December
2017

- 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
				9:30~10:30 29日のみ開催 コアコントロール ピラティス・ベーシック ハク	9:00~10:15 シヴァナンダ ヨガ I チアキ 最終週のみ (30日) ヨガ メディテーション ミユ	9:00~10:15 アロマヨガ ミユ
10:45~12:00 ヨガ フロー I リオ	10:30~11:45 ヨガ ボディ I ユウ	10:45~11:45 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 I ヒロ	10:30~11:30 産後リカバリー・ヨガ ルミ ※29日 →10:45~アロマヨガ	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 ※9日・23日→フロー ピラティス・ベーシック	10:45~12:00 ヨガ フロー I リオ ※3日 10:30~12:00 【ワークショップ】 整顔*潤いの冬を手に入れる (ユウ)
12:30~13:30 コアコントロール ピラティス・ベーシック タッチ ※25日→コアコントロール ピラティス	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 ミユ	12:00~13:00 ヨガ リラックス ヒロ	12:15~13:30 マタニティ・ヨガ ルミ ※29日 →12:30~ヨガ リラックス	12:15~13:30 ヨガ フロー I キョウコ ※9日・23日→ヨガ ボディ I	12:30~13:30 フロー ピラティス ・ベーシック ジヒ
14:00~15:15 ヨガ ボディ I マリ ※11日→ヨガ フロー I	14:00~15:00 ヨガ ニドラー (寝たまんまヨガ) ミユキ	13:45~15:00 ビューティ・ベルヴィス アキコ	13:30~14:30 コアコントロール ピラティス・ベーシック サトミ ※14日・28日→フロー ピラティス・ベーシック	14:00~15:00 コアコントロール ピラティス・ベーシック ミキ	14:00~15:00 ヨガ リラックス キョウコ ※30日休講	14:00~15:15 ヨガ ボディ I メイコ
				15:15~16:30 29日のみ開催 ビューティ・ベルヴィス ミワ	15:30~16:45 ヨガ ボディ I ルミ ※9日・23日→アロマヨガ ※30日休講	15:45~17:00 ビューティ・ベルヴィス マユミ

年末年始休館日のお知らせ

12月29日 (金)・30日 (土)、1月4日は短縮営業となります。
12月31日 (日) ~ 1月3日 (水) は年末年始の為休業となります。

来年もよろしくお願ひ申し上げます。

18:45~19:45 コアコントロール ピラティス・ベーシック ハク	18:30~19:45 ヨガ ボディ I リオ 5日・19日→ヨガ フロー I	18:30~19:45 ヨガ フロー I ルミ	18:30~19:30 ジェントル・ピラティス タッチ ※14日・28日 →コアコントロール ピラティス・ベーシック	18:30~19:45 ビューティ・ベルヴィス マユミ ※29日休講
20:00~21:15 ヨガ フロー I アキラ	20:00~21:00 ヨガ リラックス リオ	20:00~21:00 ヨガ ニドラー (寝たまんまヨガ) ルミ 6日→アロマヨガ (75分)	19:45~20:45 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 ※29日休講

☆お知らせ☆

※代講情報はWEBまたはスタジオ内
掲示にてご確認ください。

※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、
急な休講や代講になることがあります。

赤字は限定開催です。日にちにお気を付け下さい。

blog



twitter



最新情報から町田のオススメスポット情報まで・・・
随時更新中です♪