

# スタジオ・ヨギー 静岡パルコ

tel.054-653-8655

- 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
- ジャイロキネシス 60分
- 産前産後クラス 60分、75分

♥: 未経験者におすすめ

# 2

February  
2018

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
		10:30 ~ 11:30 (7,28日) 産後リカバリーヨガ キク 14,21日) 産後リカバリーピラティス アヤリ		10:30 ~ 11:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス ヒサノ		
11:00 ~ 12:00 ♥ フローピラティス・ ベーシック キミコ	11:00 ~ 12:15 フロー I ♥ (27日) フロー II チアキ		11:00 ~ 12:00 ♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック サトミ		11:00 ~ 12:15 アロマヨガ エリー	11:00 ~ 12:00 ♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック サトミ
12:30 ~ 13:45 (5,19日) アロマヨガ エリー (26日) ボディ I ♥ ハルミ	12:45 ~ 13:45 ♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック トシ	12:00 ~ 13:15 ♥ ビューティ・ベルヴィス アツコ	12:15 ~ 13:30 ♥ ボディ I ユウ	12:00 ~ 13:15 マタニティヨガ アラサ	12:45 ~ 13:45 コアコントロール ピラティス サトミ	12:15 ~ 13:15 ジャイロキネシス サトミ
		13:30 ~ 14:45 ♥ ボディ I アツコ	13:45 ~ 15:00 ♥ フロー I  (22日) リストラティブヨガ アキ	13:30 ~ 14:30 ♥ リラックス アラサ		13:45 ~ 15:00 ボディ II エリー
	14:00 ~ 15:00 ♥ (13,27日) ベルヴィス・フローダンス (6,20日) ビューティ・ベルヴィス (75分) クニエ			14:45 ~ 15:45 ♥ フローピラティス・ ベーシック キミコ	14:15 ~ 15:30 ♥ ビューティ・ベルヴィス	
						15:30 ~ 16:30 ♥ リラックス  (4日) メディテーション (75分) エリー
					16:00 ~ 17:15 ♥ ボディ I チアキ	

**2月12日(月・祝)スケジュール**

- ・ 11:00~12:00 フローピラティス・ベーシック (キミコ)
- ・ 12:15~13:30 ビューティ・ベルヴィス (ミサト)
- ・ 14:00~15:15 フロー I (サリ)
- ・ 15:45~17:00 ボディ III (サリ)

**■2月20日(火)はパルコ全館の為スタジオもお休みとなります**

18:30 ~ 19:45 ♥ (19日) ボディ I (26日) フロー I サリ ※5日はビューティ・ベル ヴィスを開催します (ミサト: 75分)	18:45 ~ 19:45 ♥ フローピラティス・ ベーシック キミコ	18:30 ~ 19:45 ♥ ボディ I (7,21日) エリー (14,28日) ※18:45開始 ジャイロキネシス (60分) サトミ	18:30 ~ 19:45 ♥ フロー I チアキ	18:30 ~ 19:45 ♥ ビューティ・ベルヴィス
20:00 ~ 21:15 (19日) フロー II (26日) ボディ III サリ ※5日のフロー II は休講と なります	20:00 ~ 21:15 アロマヨガ エリー	20:00 ~ 21:00 ♥ (7,21日) ヨガニドラー (60分) エリー (14,28日) (75分) ビューティ・ベルヴィス ミサト	20:00 ~ 21:00 ♥ コアコントロール ピラティス・ベーシック (22日) コアコントロール ピラティス トシ	20:00 ~ 21:15 ♥ ボディ I チアキ