

スタジオ・ヨギー 川崎

tel.044-245-4130

3

March 2018

♥: 未経験者におすすめ

- ヨガ 60分、75分
- ピラティス 60分
- ビューティ・ペルヴィス 60分
- 筋膜ストレッチ 60分
- マタニティ 60分、75分

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
A	A	A	A	A	A	A	
	10:00 ~ 11:15 フロー I マリ			10:00 ~ 11:15 シヴァナンダヨガ I ノリコ			
10:30 ~ 11:45 ♥ ボディ I ナナエ	11:30 ~ 12:30 ♥ ビューティ・ペルヴィス マユミ	10:30 ~ 11:30 ♥ 体幹コントロールピラ ティス I マサコ	10:30 ~ 11:45 フロー I マユミ	11:30 ~ 12:30 ♥ リラククス ノリコ	10:30 ~ 11:45 アロマヨガ(フロー I) カズエ	10:30 ~ 11:30 ♥ ビューティ・ペルヴィス リエコ <u>4日のみ ペルヴィス・ フローダンス</u>	
12:15 ~ 13:30 フロー I アキラ	12:45 ~ 14:00 ♥ ボディ I リツコ	12:00 ~ 13:00 産後リカバリー・ヨガ アコ <u>21日のみ アロマヨガ (リラククス)</u>	12:15 ~ 13:15 ♥ ビューティ・ペルヴィス リエコ <u>15日のみ 筋膜スト レッチ (美脚)</u>	13:00 ~ 14:00 ♥ 体幹コントロールピラ ティス I マリコ	12:00 ~ 13:00 ♥ アロマヨガ(リラク クス) カズエ	12:00 ~ 13:00 ♥ 体幹コントロールピラ ティス I マサコ	
13:45 ~ 14:45 ♥ 代謝アップピラティス I タケマサ	14:15 ~ 15:30 アロマヨガ(フロー I) リツコ	13:30 ~ 14:45 マタニティ・ヨガ アコ <u>21日のみ アロマヨガ (フロー I)</u>	13:30 ~ 14:30 ♥ 体幹コントロールピラ ティス I ヨリコ		13:30 ~ 14:30 ♥ ビューティ・ペルヴィス マユミ	13:30 ~ 14:45 フロー I トモミ	
<p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">今月から、大幅に時間変更・クラス変更がございます。</p> <p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">お間違いの無いよう、今一度ご確認くださいませ。</p>						15:00 ~ 16:00 ♥ 代謝アップピラティス I ジビ	15:15 ~ 16:15 ♥ リラククス ナナエ
						16:30 ~ 17:45 フロー I ムツミ	16:30 ~ 17:45 シヴァナンダヨガ I ノリコ
18:30 ~ 19:30 ♥ リラククス タダヒコ	18:30 ~ 19:30 ♥ 体幹コントロールピラ ティス I カズエ	18:30 ~ 19:45 ♥ ボディ I ユキ <u>21日のみ休講</u>	18:30 ~ 19:45 フロー I ノリ	18:30 ~ 19:30 ♥ ビューティ・ペルヴィス ミユキ			
19:45 ~ 20:45 ♥ ビューティ・ペルヴィス サエ	19:45 ~ 21:00 フロー I 13.27日) ボディ I ♥ サチ	20:00 ~ 21:00 ♥ 体幹コントロールピラ ティス I ヨリコ <u>21日のみ休講</u>	20:00 ~ 21:00 ♥ リラククス ノリ	19:45 ~ 20:45 ♥ 体幹コントロールピラ ティス I ミユキ			