



3 / 31 (月)			1 (土)			2 (日)														
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO	<b>レッスン体験 1000円</b> ヨガが初めての方は、★マーク 1~2つのレッスンがおすすめです。 お電話・HP・LINEよりご予約承ります 0428-84-0721				9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO	10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI														
14:00~15:00 ★ リラックスヨガ REIRI	★…運動量目安 *スタジオレッスンをオンラインにてLIVE配信しています*		ママヨガ <small>(お子様連れOK)</small> 10:00~11:00 REIRI  マタニティヨガ <small>(予約1限定)</small> 11:30~12:30 HARU (※14.21日お休み)		11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO	11:30~12:30 ★ リラックスヨガ HARU														
19:00~20:00 ★★ やさしいフロー REIRI					12:30~13:30 ★★★ やさしいヴィンヤサ MIHO															
3 (月)			4 (火)			5 (水)			6			7 (金)			8 (土)			9 (日)		
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO	10:00~11:00 ★★ やさしいフロー HARU		9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI	11:00~12:00 ★★★ フローヨガ REIRI		ママ・マタニティヨガ ※枠外参照		9:30~10:30 ★★ 骨盤整えヨガ HARU		10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI										
14:00~15:00 ★ リラックスヨガ HARU			18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO	19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO		13:00~14:00 ★★ 骨盤整えヨガ HARU		11:00~12:00 ★ リラックスヨガ HARU		11:30~12:30 ★★★ アクティブピラティス KEI										
19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO					19:00~20:00 ★★ 姿勢改善ピラティス Toshie															
10 (月)			11 (火)			12 (水)			13			14 (金)			15 (土)			16 (日)		
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU		9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI	11:00~12:00 ★★★ フローヨガ REIRI		ママヨガ ※枠外参照		9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO		10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI										
19:00~20:00 ★★★ ヨガフロー HARU			18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO	19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO		13:00~14:00 ★★ やさしいフロー REIRI		11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO		11:30~12:30 ★★★ アクティブピラティス KEI										
						19:00~20:00 ★★ ボールピラティス Toshie		12:30~13:30 ★★ デトックスヨガ MIHO												
17 (月)			18 (火)			19 (水)			20			21 (金)			22 (土)			23 (日)		
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO	10:00~11:00 ★★ やさしいフロー HARU		9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI	11:00~12:00 ★★★ フローヨガ REIRI		ママヨガ ※枠外参照		9:30~10:30 ★★ トラディショナルヨガ SEIKO		お休み										
14:00~15:00 ★ リラックスヨガ REIRI			18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO	19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO		13:00~14:00 ★★ やさしいフロー REIRI		11:00~12:00 ★ 陰ヨガ SEIKO		 AMELIE.RJU.YOGA										
19:00~20:00 ★★ やさしいフロー REIRI							19:00~20:00 ★★★ FRピラティス Toshie													
24 (月)			25 (火)			26 (水)			27			28 (金)			29 (土)			30 (日)		
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU		9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI	11:00~12:00 ★★★ フローヨガ REIRI		ママ・マタニティヨガ ※枠外参照		9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO		10:00~11:00 ★★ やさしいハタヨガ REIRI										
14:00~15:00 ★★ やさしいフロー REIRI			18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO	19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO		13:00~14:00 ★★ 骨盤整えヨガ HARU		11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO		11:30~12:30 ★ リラックスヨガ REIRI										
19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO							19:00~20:00 ★★ ボールピラティス Toshie		12:30~13:30 ★★★ やさしいヴィンヤサ MIHO											