

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4	5 (金)	6 (土)	7 (日)
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO 11:00~12:00 ★★ コンディショニングヨガ YUUKO 19:00~20:00 ★ ゆったり夜ヨガ SEIKO	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 19:00~20:00 ★★ アライメントの基礎 REIRI		ママ・マタニティヨガ ※枠外参照 13:00~14:00 ★★ 骨盤整えヨガ HARU 18:30~19:30 ★★ 姿勢改善ピラティス Toshie 20:00~21:00 ★★★ FRピラティス Toshie	9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO 11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO 12:30~13:30 ★★ デトックスヨガ MIHO	10:00~11:00 ★★ トラディショナルヨガ SEIKO 11:30~12:30 ★ 陰ヨガ SEIKO
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11	12 (金)	13 (土)	14 (日)
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO 11:00~12:00 ★★★ ヨガトレ YUUKO※LIVEなし 19:00~20:00 ★ 陰ヨガ SEIKO	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 19:00~20:00 ★★ ゆったりピラティス Toshie		ママ・マタニティヨガ ※枠外参照 13:00~14:00 ★★ 骨盤整えヨガ HARU 19:00~20:00 ★★ 姿勢改善ピラティス Toshie	9:30~10:30 ★★ ゆったりピラティス Toshie 11:00~12:00 ★★ 姿勢改善ピラティス Toshie	10:00~11:00 ★★★ フローヨガ REIRI 11:30~12:30 ★ 筋膜リリース MARY
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18	19 (金)	20 (土)	21 (日)
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO 11:00~12:00 ★★ コンディショニングヨガ YUUKO 19:00~20:00 ★ ゆったり夜ヨガ SEIKO	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 19:00~20:00 ★★ やさしいフロー REIRI		13:00~14:00 ★★ アライメントの基礎 REIRI 19:00~20:00 ★★ ゆったりピラティス Toshie	9:30~10:30 ★★ ゆったりピラティス Toshie 11:00~12:00 ★★ 姿勢改善ピラティス Toshie	10:00~11:00 ★★★ ピラティス MARY 11:30~12:30 ★ リラックス コンディショニング MARY 13:00~14:00 ハンモックゆるピラティス MARY ※有料イベント
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25	26 (金)	27 (土)	28 (日)
お休み  AMELIE.RJU.YOGA	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ REIRI	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI 11:00~12:00 ★★★ フローヨガ REIRI 19:00~20:00 ★★★ ヨガフロー HARU		ママ・マタニティヨガ ※枠外参照 13:00~14:00 ★★ 骨盤整えヨガ HARU 18:30~19:30 ★★★ FRピラティス Toshie 20:00~21:00 ★★ ゆったりピラティス Toshie	9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO 11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO 12:30~13:30 ★★★ やさしいヴィンヤサ MIHO	10:00~11:00 ★★★ ピラティス MARY 11:30~12:30 ★ 筋膜リリース MARY
29 (月)	30 (火)	*スタジオレッスンをオンラインにてLIVE配信しています*    ★…運動量目安				
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO 11:00~12:00 ★★ コンディショニングヨガ YUUKO 19:00~20:00 ★ 陰ヨガ SEIKO	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU 	<div style="border: 2px solid pink; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"><b>グループレッスン体験 1000円</b></p> <p>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</p> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 10px;">  <div> <p>イベントやレッスン 情報をLINEで配信 しています♪ご予約 もこちらから どうぞ!</p> </div> </div>				
		<div style="border: 2px solid pink; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"><b>4月 5. 12. 26日</b></p> <p>ママヨガ〈子連れOK〉REIRI 10:00~11:00 マタニティヨガ〈マタニティ限定〉HARU 11:30~12:30</p> </div>				