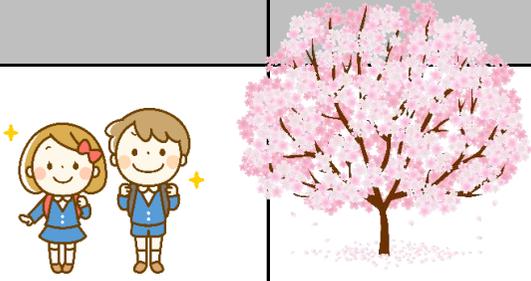


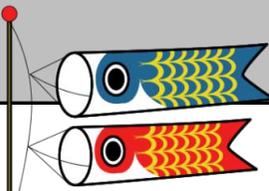
2019年4月 レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
1 13:45～15:00リラックスローヨガ 18:00～19:15パワー&リラックスフロー	2 15:00～16:15リラックスローヨガ 18:00～19:15肩甲骨ヨガ® 19:45～21:00アンチエイジングヨガ	3 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	4	5 18:10～19:24心をしずめるヨーガ	6 10:30～11:45リラックスヨガ 16:15～17:30パワー&リラックスフロー	7
8 13:45～15:00リラックスローヨガ 18:00～19:15パワー&リラックスフロー	9 15:00～16:15リラックスローヨガ 18:00～19:15肩甲骨ヨガ® 19:45～21:00アンチエイジングヨガ	10 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	11	12 臨時休業	13 臨時休業	14
15 13:45～15:00リラックスローヨガ 18:00～19:15パワー&リラックスフロー	16 15:00～16:15リラックスローヨガ 18:00～19:15肩甲骨ヨガ® 19:45～21:00アンチエイジングヨガ	17 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	18	19 18:10～19:24心をしずめるヨーガ	20 10:30～11:45リラックスヨガ 16:15～17:30パワー&リラックスフロー	21
22 13:45～15:00リラックスローヨガ 18:00～19:15パワー&リラックスフロー	23 15:00～16:15リラックスローヨガ	24 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	25	26 ヨガのみお休み ※加圧、PTは営業します	27 ヨガのみお休み ※加圧、PTは営業します	28
29 ヨガのみお休み ※加圧、PTは営業します	30 ヨガのみお休み ※加圧、PTは営業します					

【担当インストラクター】

心をしずめるヨーガ/パワー&リラックスフロー・・・ETSUKO アンチエイジングヨガ/肩甲骨ヨガ®・・・築瀬利恵
眠れるヒーリングヨガ(90分)・・・吉川正三 リラックスヨガ・・・kayo

2019年5月 レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		1 ヨガのみお休み ※加圧、PTは営業します	2	3 憲法記念日	4 ヨガのみお休み ※加圧、PTは営業します	5 こどもの日 
6 ヨガのみお休み ※加圧、PTは営業します	7 15:00～16:15リラックスローヨガ 18:00～19:15アンチエイジングヨガ 19:45～21:00肩甲骨ヨガ®	8 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	9	10 18:10～19:24心をしずめるヨーガ	11 10:30～11:45リラックスヨガ 16:15～17:30パワー&リラックスフロー	12
13 13:45～15:00リラックスローヨガ 18:00～19:15パワー&リラックスフロー	14 15:00～16:15リラックスローヨガ 18:00～19:15アンチエイジングヨガ 19:45～21:00肩甲骨ヨガ®	15 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	16	17 18:10～19:24心をしずめるヨーガ	18 10:30～11:45リラックスヨガ 16:15～17:30パワー&リラックスフロー	19
20 13:45～15:00リラックスローヨガ 18:00～19:15パワー&リラックスフロー	21 15:00～16:15リラックスローヨガ 18:00～19:15アンチエイジングヨガ 19:45～21:00肩甲骨ヨガ®	22 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	23	24 18:10～19:24心をしずめるヨーガ	25 16:15～17:30パワー&リラックスフロー	26 
27 13:45～15:00リラックスローヨガ 18:00～19:15パワー&リラックスフロー	28 15:00～16:15リラックスローヨガ 18:00～19:15アンチエイジングヨガ 19:45～21:00肩甲骨ヨガ®	29 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	30	31 18:10～19:24心をしずめるヨーガ		

【担当インストラクター】

心をしずめるヨーガ/パワー&リラックスフロー・・・ETSUKO アンチエイジングヨガ/肩甲骨ヨガ®・・・築瀬利恵
眠れるヒーリングヨガ(90分)・・・吉川正三 リラックスヨガ・・・kayo