
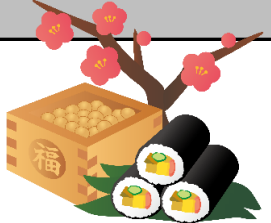


2020年2月 レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
					1 16:15～17:30パワー&リラックスフロー	2
3 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	4 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	5 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	6	7 18:10～19:24心をしずめるヨーガ	8 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	9
10 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	11 建国記念日	12 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	13	14 18:10～19:24心をしずめるヨーガ	15 16:15～17:30パワー&リラックスフロー	16
17 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	18 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	19 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	20	21 18:10～19:24心をしずめるヨーガ	22 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	23
24 ヨガのみ休み	25 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	26 19:30～21:00眠れるヒーリングヨガ	27	28 ヨガのみ休み	29 16:15～17:30パワー&リラックスフロー	

【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