

大橋駅前店 9月 スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 ★★ 朝からととのう! 美姿勢ヨガ棒 yoco	10:30～11:30 ★★ やさしい エアリアル momoe		10:30～11:30 ★★ エアリアルヨガ mami	10:30～11:30 ★★ インナーバランス エアリアル kazuko	8:30～9:30 ★ ローポジション エアリアル sachiko	8:30～9:30 ★★ チェアヨガ asako
12:15～13:15 ★★ スローホット ハタヨガ mari		12:00～13:10 ★ リラックス& リリース (ローポジション) sachiko	12:00～13:00 ★ 陰ヨガ maki	12:00～13:00 ★★ ナチュラル ベーシックヨガ azusa	10:00～11:00 ★★ 代謝UP エアリアル (ローポジション) sachiko	10:00～11:10 ★★★ アシュタンガ プラス asako
					11:30～12:45 ★★★★ アシュタンガ 75 ※第4週のみマイソール クラスとなります。 kazuko	11:40～12:40 ★★ 温活デトックス エアリアル (ローポジション) rie
19:00～20:00 ★★ リンパデトックス エアリアル azusa	18:45～19:45 ★★ 姿勢改善 リフレッシュ エアリアル (ローポジション) sachiko	19:00～20:00 ★★ アシュタンガ60 kazuko	18:45～19:45 ★★ やさしい アシュタンガ yuko.k	18:45～19:45 ★ エアリアル リストラティブ (ローポジション) sachiko	13:10～14:10 ★★ エアリアルヨガ kazuko	13:10～14:10 ★★ やさしい エアリアル momoe
20:25～21:25 ★ タイ式ヨガ& リストラティブ azusa	20:15～21:15 ★ スローホット アロマ リストラティブ sachiko	20:25～21:25 ★ 太陽礼拝& リラックス エアリアル kazuko	20:15～21:15 ★ ディープ リラクゼーション yuko.k	20:15～21:05 ★ ハーバルヨガ sachiko	14:40～15:40 ★★ 背中スッキリ!! ヨガ棒クラス yoco	14:40～15:40 ★★ やさしい ピラティス saho
					☆曜日・時間は ご相談ください。 sachiko整体 パーソナルケア ※個人セッション: 別途料金	※14日、28日開催 16:15～17:00 ★★ バンジーヨガ saho

【祝日スケジュール】

◎10:30～ ◎12:00～ ◎14:00～

ご予約 (トライアル予約)

ホームページ
はこちら↓

は

★はクラスの強度になります。

お問い合わせはこちら

092-555-3280

