

Schedule-October10-

Solo

Mon	Tue	Wed	Fri	Sat	Sun
About Color	1	2	4	5	6
パーソナル	8:00パーソナル	8:00パーソナル	8:00パーソナル	8:00パーソナル	8:00BalconyYoga
ピラティス	9:30ブリーズヨガ	9:30ピラティス	9:30ハタヨガ	9:30ハタヨガ	9:30コアトレヨガ
レギュラーヨガ		11:00パーソナル	11:00パーソナル	11:30パーソナル	
調整系ヨガ			14:00ピラティス	13:00パーソナル	
バルコニーヨガ		17:00パーソナル	17:00パーソナル		
強度低めレッスン		18:30フローヨガ	18:30膝/股関節調整ヨガ		
7	8	9	11	12	13
	8:00パーソナル	8:00パーソナル	8:00パーソナル	8:00グループ(貸切)	8:00Morning Pirates
9:30BalconyYoga	9:30肩凝り/頭痛改善ヨガ	9:30ハタヨガ	9:30ピラティス	9:30ピラティス	9:30ハタヨガ
		11:00パーソナル		11:30パーソナル	
		14:00フローヨガ		13:00パーソナル	
17:00Self Practice		17:00パーソナル			
18:30ピラティス		18:30コアトレヨガ	18:30ハタヨガ		
14	15	16	18	19	20
8:00BalconyYoga	8:00パーソナル	8:00パーソナル	8:00パーソナル	8:00パーソナル	
9:30ピラティス	9:30コアトレヨガ	9:30ハタヨガ	9:30BalconyYoga	9:30膝/股関節調整ヨガ	9:30ピラティス
		11:00パーソナル		11:30パーソナル	
	14:00パーソナル	14:00ピラティス			
	18:30ピラティス		18:30ブリーズヨガ		
21	22	23	25	26	27
	8:00パーソナル	8:00パーソナル	8:00パーソナル		8:00BalconyYoga
9:30肩/肩甲骨調整ヨガ	9:30ピラティス	9:30ブリーズヨガ	9:30ハタヨガ	9:30フローヨガ	9:30ハタヨガ
			11:00パーソナル	11:30パーソナル	
			14:00コアトレヨガ	13:00パーソナル	
17:00Self Practice			17:00パーソナル		
18:30ハタヨガ		18:30ピラティス	18:30フローヨガ		
28	29	30	* ドアOpen・Closeレッスン15分前後 パーソナルはスタート5分前 * 24時間前まで0人の場合は休講 * バルコニーヨガは天気不良などの場合 屋内でハタヨガに変更 * 男性のお客様もOK! ご予約の前に一度お問い合わせください☺		
	8:00パーソナル	8:00パーソナル			
9:30ブリーズヨガ	9:30ハタヨガ	9:30肩凝り/頭痛改善ヨガ			
		11:00パーソナル			
		14:00ピラティス			
17:00Self Practice		17:00パーソナル			
18:30腸/むくみ解消ヨガ		18:30フローヨガ			



Googleの口コミの
ご協力をお願いします