

9月 スケジュール								
	月	火	水	木	金	土	日	
9:30 ~ 10:30	スローヴィンヤサ ★★★ Miki	リフレッシュヨガ ★★☆ MIO	カウヨガ ★☆☆ 教子	リラックスヨガ ★☆☆ YOSHIE	エナジーヨガ ★★★ みゆき	relax 朝ヨガ ★☆☆ Matoka8-8.45	リフレッシュヨガ ★☆☆ Matoka9.15-1015	リフレッシュヨガ ★☆☆ EI
11:00 ~ 12:00	陰ヨガ ★☆☆ Miki	優しいフローヨガ ★☆☆ MIO	経絡ストレッチ ★☆☆ いづの	姿勢改善ヨガ ★☆☆ YOSHIE	Yinyangyoga ★☆☆ 真由子	コアシェイプ &ピラティス★★★ 康子 1030-1130	体幹ヨガ ★☆☆ EI	
13:00~14:00	ナリキハレリーナ ★☆☆あやみ							
14:30 ~ 15:30	ビューティーヨガ ★★★ あやみ	リラックス ★☆☆ 美樹	優しいヴィンヤサ ★☆☆ 明美	フラダンス ★☆☆ マイ第 1.2.3	ハタヨガ ★★★ YOSHIE			
16:00 ~ 17:00	優しいヨガ ★☆☆ みゆき	デトックス ★★★ 美樹 15:45~16:45	ハタヨガ ★★★ 9月 明美	肩こりストレッチ ★☆☆ sakura	リラックスヨガ ★☆☆ sakura	陰ヨガ ★☆☆ 真由子		
19:00 ~ 20:00	スッキリヨガ ★☆☆ かなこ	ハタヨガ ★★★ みゆき	ピラティス basic ★☆☆ まき	パワービューティー ★★★ Ikuyo 第 1.3.5	アロマリラックス ★☆☆ 美樹	丹田集中ハタヨガ ★☆☆ いづの	9/24 レンタルスペースにて 八田永子先生 WS 開催	13:00~16:00
20:30 ~ 21:30	リラックスアロマ ヨガ ★☆☆ みゆき	陰陽ヨガ ★☆☆ みゆき	リラックス ★☆☆ みゆき	ほぐしヨガ ★★★ Ikuyo 第 1.3.5	メンズコアトレ ★★★ みゆき			

◎日・祝日の夜のクラスは無し ◎空いてる時間はレンタルスペース(1h ¥2,000) ◎日曜午後は WS 開催 OK