

2016年 9月～12月 クラススケジュール

	10:30～12:00	14:30～16:00	18:30～19:45	20:15～21:45
火	ママヨガ chie ★♡ 子連れOK		☆NEW☆ ヴィンヤサ 初級 kaori ★	☆NEW☆ ヒーリング リラックス kaori ★
水	☆NEW☆ アシュタンガヨガ nao 75分クラス 月の最終週は休講	第 2・4 週 陰ヨガ ukai ★	スローフロー reina ★～★★★	パワーヨガ yuki ★
木	ヒーリング フロー yuko ★	☆NEW☆ SLOW-FLOW 75分クラス nao 月の最終週は休	アシュタンガ ヨガ nao 月の最終週は 陰ヨガ by ukai	第 1・3 週 陰ヨガ ukai ★
			☆NEW☆ 20:00～21:15 第2木曜のみ SLOW-FLOW nao	
金			ベーシック misa ★	☆NEW☆ リストラティブ ヨガ misa ★
土	10:30-11:45 ハタヨガアライメント chie ★～★★★♡			
日	9:00-10:30 アロマリラックス chie ★♡	11:00-12:15 骨盤調整ヨガ chie ★♡	Yoga Studio Shanti	

◎月曜定休日

★ヨガが初めての方 ★★経験者～中級 ♡妊娠中の方もOK

スケジュールはやむをえず変更になることがありますのでご了承下さい。
最新情報はブログ、facebook、予約サイト等でご確認下さい。

