

～8月スタジオレッスン週替わり表～

更新日:7/30

毎週火曜日の週替わり

日付	曜日	時間	担当者	クラス	強度
8月5日	火	18:15～19:15	Natsumi	ベーシックヨガ	★★
8月12日	火	18:15～19:15	久美子	やさしいパワーヨガ	★★
8月19日	火	18:15～19:15	久美子	やさしいパワーヨガ	★★

毎週金曜日の週替わり

8月1日	金	18:30～19:30	冬子	フローヨガ	★★
8月1日	金	20:00～21:00	冬子	リラックスヨガ	★
8月8日	金	18:30～19:30	KEI	フローヨガ	★★
8月8日	金	20:00～21:00	KEI	リラックスヨガ	★
8月22日	金	18:30～19:30	Natsumi	フローヨガ ⇒ベーシックヨガ	★★
8月22日	金	20:00～21:00	Natsumi	リラックスヨガ ⇒やさしいデトックスヨガ	★
8月29日	金	18:30～19:30	yasuko	フローヨガ ⇒姿勢改善ヨガ	★★
8月29日	金	20:00～21:00	yasuko	リラックスヨガ	★