

# ホットヨガスタジオ

2018.1 ~

YogyStyle

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
09:00						リトリートヨガ 60分	リトリートヨガ 60分
10:00		リトリートヨガ 75分	リトリートヨガ 60分	リトリートヨガ 75分	ピラーヨガ75分	9:30~10:30 MIYUKI リトリートヨガ 75分	9:30~10:30 Kumi リトリートヨガ 60分
11:00		10:30~11:45 ひいろ	10:30~11:30 Sayaka	10:30~11:45 MICHIO	10:30~11:45 MIYUKI	10:50~12:05 MIYUKI	10:50~11:50 Kumi
12:00		リトリートヨガ 60分	リトリートヨガ 75分	ピラーヨガ60分	リトリートヨガ 75分	ピラーヨガ60分	ピラーヨガ75分
13:00		12:10~13:10 ひいろ	11:55~13:10 Sayaka	12:10~13:10 MICHIO	12:10~13:25 MIYUKI	12:25~13:25 Kon	12:10~13:25 narumi
14:00		ピラーヨガ75分	美体幹ヨガ70分	リトリートヨガ 75分	リトリートヨガ 60分	リトリートヨガ 60分	ヨガスタイル70分
		13:35~14:50 MICHIO	13:35~14:45 narumi	13:35~14:50 yuki	13:50~14:50 MICHIO	13:45~14:45 Kon	13:45~14:55 narumi
15:00	休館日	リトリートヨガ 60分	ピラーヨガ60分	リトリートヨガ 60分	ピラーヨガ60分	ピラーヨガ75分	リトリートヨガ 60分
16:00		15:15~16:15 MICHIO	15:15~16:15 narumi	15:15~16:15 yuki	15:15~16:15 MICHIO	15:05~16:20 Chinami	15:10~16:10 Miu
17:00						ピラーヨガ60分	美体幹ヨガ70分
		16:40~17:40 Chinami					16:30~17:40 Miu
18:00		リトリートヨガ 60分	リトリートヨガ 60分	ピラーヨガ60分	ピラーヨガ60分		
		18:00~19:00 Miu	18:00~19:00 MIYUKI	18:00~19:00 narumi	18:00~19:00 Kon		
19:00		ピラーヨガ75分	リトリートヨガ 75分	リトリートヨガ 75分	ヨガスタイル75分		
		19:15~20:30 Miu	19:15~20:30 MIYUKI	19:15~20:30 narumi	19:15~20:30 Kon		
20:00		リトリートヨガ 60分	ピラーヨガ60分	ピラーヨガ60分	リトリートヨガ 60分		
		20:45~21:45 かおり	20:45~21:45 KEIKO	20:45~21:45 KEIKO	20:45~21:45 Kon		
21:00							
22:00							