

2021.04~

YOUGAN YOGA STUDIO

月	火	水	木	金	土	日
					土曜日、日曜日8:40~9:25の間は 清掃の為エレベーターを停止いたします。	
10:00					8:45~9:45 モーニングヨガ Yuki(石本)	8:45~9:45 モーニングヨガ 山下 綿実 変更
11:00	10:30~11:30 ベーシックヨガ Naoko	10:30~11:30 リラックスヨガ Yuki(石本)	10:30~11:30 骨盤調整ヨガ 石川 りえこ	10:30~11:30 リラックスヨガ Kumi	10:15~11:15 陰ヨガ Yuki(石本)	10:15~11:15 リラックスヨガ Kon
12:00	12:00~13:00 リラックスヨガ Naoko	12:00~13:00 ベーシックヨガ Yuki(石本)	12:00~13:00 リラックスヨガ 石川 りえこ	12:00~13:00 骨盤調整ヨガ Kumi	11:45~12:45 リンパヨガ 小林 美和	11:45~12:45 骨盤調整ヨガ Kon
13:00						
14:00					13:15~14:15 コアバックエクササイズ 小林 美和	13:15~14:15 ベーシックヨガ かおり
15:00	14:00~15:00 ボディメイキングヨガ かおり	14:00~15:00 骨盤調整ヨガ 鈴木 ミキ	14:00~15:00 リンパヨガ Naoko	14:00~15:00 リラックスヨガ 築地 サヤカ		
16:00	15:30~16:30 ストレッチヨガ かおり	15:30~16:30 リラックスヨガ 鈴木 ミキ	15:30~16:30 ダイエットヨガ Naoko	15:30~16:30 ベーシックヨガ 築地 サヤカ	14:45~15:45 骨盤調整ヨガ かおり	14:45~15:45 ダイエットヨガ Naoko
17:00	<p style="text-align: center;">祝日営業のお知らせ 29日(木)は祝日営業となります。 営業時間10:00~18:30 レッスンに変更がございますので、お間違いのないようお越しく下さい。</p>				16:15~17:15 リラックスヨガ かおり	16:15~17:15 ストレッチヨガ Naoko
18:00						
19:00	19:00~20:00 リラックスヨガ Kon	19:15~20:15 ボディメイキングヨガ かおり	19:00~20:00 ベーシックヨガ 脇坂 由紀	19:15~20:15 美姿勢ヨガ MEU		
20:00					※チェックインは開始10分前で終了となります。 ※スケジュールは予告なく変更させて頂く場合がございます。 ※各クラスの定員は18名です。(完全予約制)	
21:00						
営業時間	10:00~21:00	10:00~21:00	10:00~21:00	10:00~21:00	8:00~18:00	8:00~18:00

休

館

日

営業時間