

studiogreen スタジオ 1月スケジュール

月 Mon.	火 Tue.	水 Wed.	木 Thu.	金 Fri.	土 Sat.	日 Sun.
定休日	10:30~11:30 パワーヨガ yuu ◆5	10:30~11:45 体ほぐしヨガ nanako ◆2	10:30~11:50 「輝く顔ヨガ」特別クラス 30日 nanako ◆1	10:30~11:45 ベーシックヨガ wakaba ◆3	9:45~11:00 骨盤リセットヨガ mina ◆2	9:50~11:05 ビギナーズ eriko ◆2
	   				13:00~14:00 やさしいヨガと呼吸法 / 17,31日 陰ヨガ/24日 nanako ◆1	11:45~13:00 ベーシックヨガ nanako ◆3
19:00~20:00 スタジオクラス 体ほぐしヨガ nanako ◆2					19:00~20:00 呼吸が深まるフローヨガ 10日,24日 YUMI ◆3	13:45~14:45 陰ヨガ/11日,25日 やさしいヨガと呼吸法 / 18日 nanako ◆1
スタジオ並行クラス オンライン・スタジオ どちらかお好きな方法 ご受講頂けます。	<p>最少催行人数2名 当日12時までにご予約を お願いします。</p>				15:15~16:30 ヴィンヤサビギナー 11日,18日 YUMI ◆4	13:30~14:50 「輝く顔ヨガ」特別クラス 19日 nanako ◆1

【注意事項】(祝日営業・代行に関しましては別紙をご覧ください。)

- ・クラスは急遽変更(休講・代行)となる場合がございます。Webサイトにてご確認ください。
- ・レッスン開始後は入場をお断りさせていただきます。・レッスン中は、施設の上インターホンも切っております。
- ・20時以降は、ビルのセキュリティシステムの為、ビル入り口がオートロックになります。インターホンで201を押してお入り下さい。