8月 ＜パーソナル＞ スケジュール

光の森スタジオ

月	火	水	木	金	土	日
10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 まさき(26日)		休 館 日			10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 まさき(11･25日) ユキ(4･18日)
11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 まさき(5･19･26日) ユキ(12日)					11:30-12:30 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ	11:30-12:30 初めてのエアフローヨガ体験 まさき(4･18日) ユキ(11･25日)
14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 まさき(5･19･26日)	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ		14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(1･8･22･29日)		13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 AKI	13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ
16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 まさき(5･19･26日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ		16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(1･8･22･29日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 HIKARI	15:30-16:30 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ	15:30-16:30 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ
※全てのレッスンが予約制となります。				20:10-21:10 初めてのエアフローヨガ体験 HIKARI(2･16･30日)		yoga&pilates YARD