4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 ユキ(1･8･15･22日)	休			10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(5･12･19日)	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(6日)
	11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(1･15日)				11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(5･12･19日)	11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(6日)
		館				
14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(1･8･15･22日)	日	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(10･17･24日)	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI(4･11･25日)		
16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(1･8･15･22日)		16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(10･17･24日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI(4･11･25日)		
				20:10-21:10 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI(4･18日)		

※全てのレッスンが予約制となります。

yoga&pilates YARD