3月 ＜パーソナル＞ スケジュール

光の森スタジオ

平日：9:30~22:00　※毎週水曜日は休館日です
土日：8:15~17:00
祝日：8:15~15:00

月	火	水	木	金	土	日
		休館日				
					10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(7･28日)	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(8･22日)
	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(3･10･17日)		14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(5･19日)			
	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(3･10･17日)		16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(5･19日)			
※全てのレッスンが予約制となります。						yoga&pilates YARD