3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(4･18･25日) MOERI(11日)	休 館 日	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(20日)		10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(15･29日)	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ
					11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(15･22･29日)	11:45-12:45 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 MOERI(10･17･24･31日)	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(4･18･25日)		14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(6･27日)	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI(7･21日)		
16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI(10･17･24･31日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(4･18･25日)		16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(27日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI(7･21日)		
				20:10-21:10 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI(7･21日)		

※全てのレッスンが予約制となります。

yoga&pilates YARD