7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	休 館 日			10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(5･19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	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(14･28日) ユキ(7日)	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(1･15･22･29日)		14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(3･10･24日)	14:00-15:00 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 MOERI(14･28日) ユキ(7日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(1･15･22･29日)		16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ユキ(3･10･24日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 MOERI		
				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