

8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
3・10・17・24・31	4・11・18・25		6・13・20・27	7・14・21・28	1・8・15・22・29 8:30-9:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(1・8・29日) ユキ(15・22日)	2・9・16・23・30 8:30-9:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ユキ(2・16・23・30日) ミキ(9日)
	10:00-11:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 mico(4・18・25日)	休			10:00-11:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(1・8・29日) ユキ(15・22日)	10:00-11:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ユキ(16・23・30日)
11:45-12:45 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(3日) ユキ(10日)	11:45-12:45 初めてのエアフロー・ヨガ体験 mico(4・18・25日)				11:45-12:45 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(1・8・29日) ユキ(15・22日)	11:45-12:45 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ユキ(16・23・30日)
13:30-14:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(3・17・31日) ユキ(10・24日)		館	13:30-14:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(20日)	13:30-14:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ユキ(7・21日) ミキ(14・28日)		13:30-14:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(2・9・23・30日)
	14:00-15:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ユキ(4・18・25日)					
15:00-16:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(3・17・31日) ユキ(10・24日)		日	15:00-16:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(20日)	15:00-16:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ユキ(7・21日) ミキ(14・28日)		15:15-16:15 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(2・9・23・30日)
16:30-17:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(3・17・31日) ユキ(10・24日)	16:00-17:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ユキ(4・18・25日)		16:30-17:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(20日)	16:30-17:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ミキ(14日)		
				20:10-21:10 初めてのエアフロー・ヨガ体験 ユキ(7・21日)		