

9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
7・14・21・28 8:30-9:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(21日)	1・8・15・22・29 8:30-9:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(22日)	休	3・10・17・24	4・11・18・25	5・12・19・26 8:30-9:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(5・12・19・26日)	6・13・20・27 8:30-9:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(6・13・20・27日)
10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(21日)	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(22日)				10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(5・12・19・26日)	
	11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(1・15・29日)				11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(5・19・26日)	
13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(14・28日)		館	13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(17日)	13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(4・11・18・25日)		13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(6・13・20日)
	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(1・15・29日)					
15:00-16:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(14・28日)		日	15:00-16:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(17日)	15:00-16:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(4・11・18・25日)		15:15-16:15 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(6・13・20日)
16:30-17:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(14・28日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(1・15・29日)		16:30-17:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(17日)	16:30-17:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(4・11・18・25日)		
				20:10-21:10 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(4・18日)		