

10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
5・12・19・26 8:30-9:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(12日)	6・13・20・27 10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 Mico(13・27日)	休	1・8・15・22・29	2・9・16・23・30	3・10・17・24・31 8:30-9:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(3・10・17・24日)	4・11・18・25 8:30-9:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ
10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(12日)	11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 Mico(13・27日)				10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(3・10・17・24日)	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(25日)
					11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(3・10・17・24日)	11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(25日)
13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(5日) Mico(26日)		館		13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ		13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(4・18日)
	14:00-15:00 初めてのエアフローヨガ体験 Mico(13・27日)					
15:00-16:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(5日) Mico(26日)		日	15:00-16:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(8日)	15:00-16:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ		15:15-16:15 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(4・18日)
16:30-17:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(5日) Mico(26日)	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(13・27日)		16:30-17:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(8日)	16:30-17:30 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ		
				20:10-21:10 初めてのエアフローヨガ体験 ミキ(2・16・30日)		