

月	火	水	木	金	土	日
2019年 2月	お友達無料体験 実施中	10:15~11:10 ハタヨガ あさこ	8:20~9:30 朝ヨガ むつみ 21日休		8:30~9:40 身体に良い きょうこ筋トレ	8:45~9:45 ヴィンヤサヨガ むつみ
☆10:30~11:40 ピラティス まゆみ	☆10:00~11:30 ジャイロキネシス あい	☆11:30~12:40 ハタヨガ入門 &マタニティヨガ あさこ	9:50~10:45 ヴィンヤサヨガ むつみ 21日休	☆途中入室OK あさこ 10:30~10:55 燃焼 11:00~12:10 ハタヨガ	☆10:00~11:30 ハタヨガ あさこ	10:00~11:10 ハタヨガ むつみ
12:30~1:30 マタニティヨガ 亜美	☆下北沢 途中入室OK あさこ 1:10~1:35 大友燃焼 1:40~2:40 ハタヨガ 代講 2月5日きょうこ		☆阿佐ヶ谷 12:30~1:40 ハタヨガ入門 要予約 あさこ	8・22日 ☆12:30~1:50 美しくなる きょうこ筋トレ	12:00~12:45 大友燃焼運動 あさこ	
2:00~3:00 ハタヨガ入門 さくら	5日 1:30~4:00 セラピートレーニング 定期継続 さちよ				1:00~2:10 ハタヨガ入門 あさこ	1:00~2:00 ハタヨガ入門 10・17日ひろこ
	19日 2:00~3:30 ヨガスートラクラス 継続・予約制 さちよ			22日 2:00~3:30 ヨガスートラクラス 継続・予約制 さちよ	2:40~3:40 ピラティス 9日 東麻美	
	4:30~5:30 ハタヨガ 5・19日あさこ 12・26日 りな				4:00~5:00 ハタヨガ入門 9日 東麻美	
		6:50~7:45 身体に良い きょうこ筋トレ	途中入室OK あさこ ☆5:50~大友燃焼 6:10~7:00 ハタヨガ			
7:30~8:30 ハタヨガ入門 りな 11日休		8:05~9:00 ハタヨガ入門 りな	☆7:10~8:20 ハタヨガ入門 あさこ		23日 さちよ 2:40~4:10 シリーズクラス	

入会金・予約不要 ☆**1**回参加→3000円 ☆**3**ヵ月有効**5**回券→13000円 (1枚で全てのクラスに参加できます)

月謝 (毎月1日~月末有効) ◆4回券→10000円 (1枚で全てのクラスに参加できます)

◆11回券→15000円 ◆16回券→20000円 ◆20回券→21600円 (☆印クラス2枚、その他クラス1枚で参加できます)

◆月謝追加1回券→1000円 (月謝券がなくなったら利用できます) おつりの無いよう御協力頂きいつもありがとうございます

◇マットレンタル300円 (マットはエタノールで消毒して清潔に保管されています) ◇置きマットスペース6ヵ月3000円

自然災害による突然の休講はHP上 Twitterを確認してください