

月	火	水	木	金	土	日
7/2021 杉並子育て応援券対応	予約制・入会金不要 📍マークは 初心者も安心		自由クラスは 参加自由 途中入室OK	産後ヨガにお越しの際は 抱っこ紐で、ベビーを寝か せるタオルをご持参下さい		8:15~9:15 ハタヨガ みき 4日休み
📍9:40~10:20 教子 綺麗な体になるための筋トシ 初心者クラス		自由 9:50~大友トレ ☆10:00~10:50 ハタヨガ 麻子		☆9:50~10:50 ハタヨガ 麻子		9:30~10:15 睦美 ヴィンヤーサヨガ
☆10:30~11:30 教子 アンチエイジングの筋トシ 中上級者クラス	13・27日は ☆10:45~12:00 ヤムナボール いづみ	☆11:10~12:10 ハタヨガ 麻子		自由 11:10~大友トレ ☆11:40~12:40 ハタヨガ 麻子	10:50~11:40 若返るキョーコ筋トシ 教子	📍10:30~11:30 ハタヨガ入門 むつみ
					📍☆12:00~1:10 ハタヨガ 麻子	11:50~1:10 アシュタンガヨガ むつみ
		1:30~2:30 親子ヨガ りな		1:30~2:30 産後ヨガ りな	📍自由 1:30~大友トレ ☆2:00~3:00 ハタヨガ 麻子	1:30~2:30 ハタヨガ ヨーコ 4日休み
ヒプノセラピー 大友先生 要予約		📍3:00~4:00 ハタヨガ入門 りな		📍3:00~4:00 マタニティ&一般 ゆったりヨガ りな		18日は ☆3:00~4:15 ヤムナボール いづみ
プライベートレッスン 予約受付中	自由 5:50~大友トレ ☆6:00~6:50 ハタヨガ 麻子			📍5:00~6:00 ハタヨガ入門 桜		
				6:15~7:10 ヴィンヤーサヨガ 桜		
📍7:00~8:00 ハタヨガ入門 桜	自由 7:10~大友トレ ☆7:20~8:10 ハタヨガ 麻子		📍7:00~8:00 ハタヨガ入門 りな			レンタルマット ウェア各300円 水100円
📍8:30~9:30 ハタヨガ入門 桜			☆8:15~9:15 ハタヨガ 麻子			

予約制・入会金不要 杉並子育て応援券対応 全て税込表記 マット&ウェアレンタル各300円 水100円

●1回参加⇒3300円

●4枚券2か月有効⇒11000円 友人家族で共有できます

(全クラス要1枚・親子クラスは1枚で2人参加可 13歳までのお子さんと 追加1名500円)

●月謝券(☆クラスは2枚その他全て1枚で参加OK)

・11枚16500円 ・20枚22000円

●月謝追加券1枚1100円

●期限なし追加券20枚22000円

●オンライン家族券3ヶ月有効⇒11枚16500円(月謝又は4枚券をご利用の会員様と同居のご家族参加用チケットです。是非ご利用ください)