

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
2018年 6月 代々木			8:20~9:30 朝ヨガ むつみ		8:30~9:40 身体に良い筋トレ ハード きょうこ	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	NEW 10:00~11:00 ハタヨガ あさこ	10:00~11:00 ハタヨガ入門初級 むつみ	☆10:00~11:10 ハタヨガ あさこ	☆10:00~11:30 ハタヨガ あさこ	10:00~11:10 ハタヨガ入門初級 むつみ
		NEW☆11:15~12:25 ハタヨガ入門初級 &マタニティ あさこ	☆12:30~1:40 阿佐ヶ谷 要予約 ハタヨガ入門初級	11:40~12:10 燃焼トレーニング あさこ	12:00~12:45 燃焼トレーニング あさこ	11:40~12:40 ピラティス 10・24日 東麻美
	3:00~3:50 産後ヨガ 26日 りな 要予約	2:00~3:30 ヨーガ・ストラ 20日 さちよ 要予約		12:15~1:10 ハタヨガ あさこ	1:00~2:10 ハタヨガ入門初級 あさこ	1:00~2:00 ジェントルフローヨガ 3日 えいこ 10日 ちひろ 17・24日 ひろこ
	NEW 4:00~4:30 燃焼トレーニング あさこ			2:00~3:30 ヨーガ・ストラ 22日 さちよ 要予約	NEW 2:30~3:30 30日は 一回 1000円 ヨガ体験 (マット代込) 東麻美	2:30~3:30 ハタヨガ入門初級 3日 えいこ 10日 ちひろ 17・24日 ひろこ
	4:30~5:30 ハタヨガ入門初級 あさこ		NEW 5:10~6:00 ハタヨガ あさこ 7日代講 りな		☆4:00~5:00 ポイトレ 9・23日 ゆきえ	
	NEW 6:10~7:00 ハタヨガ あさこ	NEW 5:30~6:30 身体に良い ヨガ入門 きょうこ	NEW 6:10~6:55 燃焼トレーニング あさこ 7日代講 りな			
NEW 6:45~7:45 ハタヨガ入門初級 4・18日 りな 11・25日 きょうこ	NEW 7:10~8:00 燃焼トレーニングと ストレッチ あさこ	NEW 6:45~7:45 身体に良い筋トレ きょうこ	☆7:10~8:20 ハタヨガ入門初級 あさこ 7日代講 りな		NEW 7:00~8:00 ジェントルフローヨガ ようこ	
	☆8:15~9:30 サイモンソン エクササイズ 12・26日 ちかげ	8:00~9:00 ハタヨガ入門初級 りな				アロマトリートメント チケットが使えます 詳細はエイコ 麻子まで

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