

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
2018年 11月			8:20~9:30 朝ヨガ むつみ 22日休		8:30~9:40 身体に良い 筋トレ きょうこ	8:45~9:45 ヴィンヤサヨガ むつみ 18日休
☆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	10:30~11:10 脂肪燃焼 あさこ	10:00~11:00 ヴィンヤサヨガ むつみ 22日休	☆10:30~11:40 ハタヨガ入門 あさこ 23日休	☆10:00~11:30 ハタヨガ あさこ	10:00~11:10 ハタヨガ入門 むつみ 18日休
		☆11:30~12:40 ハタヨガ入門 &マタニティヨガ あさこ		12:00~12:30 脂肪燃焼 あさこ 23日休	12:00~12:45 脂肪燃焼 あさこ	11:40~12:40 ピラティス 18・25 日麻美
	下北沢 ☆ハタヨガと準備運動 1:15~1:40 準備 1:40~2:40 ヨガ 途中入室OK	28日要予約 2:00~3:30 ヨーガ・ストラ さちよ	阿佐ヶ谷 ☆12:30~1:40 ハタヨガ入門 あさこ 要予約	12:40~1:30 ハタヨガ あさこ 23日休	1:00~2:10 ハタヨガ入門 あさこ	1:00~2:00 ジェントルフローヨガ 4・11 日ようこ 18・25 日麻美
台風などによる突然 の休講はHP上 Twitterを確認してく ださい	☆3:00~4:15 身体に良い 筋トレ 20・27 日きょうこ				阿佐ヶ谷 ☆5:00~6:00 ハタヨガ あさこ 要予約	2:30~3:30 ハタヨガ入門 4・18 日ひろこ 11 日ちひろ
5日要予約 さちよ 4:00~6:30 セラピートレーニング	4:30~5:30 ハタヨガ入門 あさこ 代講6日教子20日りな			特別講座2日 ☆2:00~3:20 幸代 マントラ		☆4:00~5:00 ボイストレーニング 25 日ゆきえ
	13・27日 5:50~6:10 ノーチケ無料 脂肪燃焼 あさこ	5:30~6:30 ハタヨガ入門 きょうこ	5:30~6:20 ハタヨガ あさこ	30日要予約 2:00~3:30 ヨーガストラ さちよ	3日要予約 さちよ 4:00~6:30 セラピートレーニング	
6:50~7:50 ハタヨガ入門 りな 12日休	6:10~7:00 ハタヨガ あさこ 代講6日教子20日りな	6:50~7:45 身体に良い 筋トレ きょうこ	6:30~7:00 脂肪燃焼 あさこ			
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		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			

入会金・予約不要 www.yogastudiotokyo.com ◇マットレンタル300円(エタノールで消毒済み)

ドロップイン☆≡ 1回→3000円

3ヵ月有効チケット☆≡ 5枚→13000円 (1枚で全てのクラスに参加できます)

月謝 各種 (毎月1日~月末有効)

☆≡4枚→10000円(1枚で全てのクラスに参加できます)

☆≡ 11枚→15000円 ☆≡ 16枚→20000円 ☆≡ 20枚→21600円 (☆クラスは2枚、他クラスは1枚)

☆≡月謝追加1枚→1000円(月謝がなくなり次第購入できます)

◇置きマットスペース6ヵ月3000円

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