

月	火	水	木	金	土	日
2019年 6月	錦糸町 8:40~9:40 ハタヨガ入門初級 & マタニティヨガ りな 月謝5000円		大泉学園 8:15~9:15 ハタヨガ入門初級 さくら 月謝 5000 円		原宿・北参道 明治神宮前 8:05~9:00 燃焼・引締トレ & ヨガ あさこ	ヨガマット無料 渋谷宇田川町のみ レンタル料 200 円 ご自分のマットを
	原宿・北参道 明治神宮前 8:05~9:00 燃焼・引締トレ & ヨガ あさこ			下北沢 無料9:10~9:40 燃焼・引締トレ ☆9:40~10:45 ハタヨガ入門初級 麻子	原宿・北参道 明治神宮前 8:30~9:45 ハタヨガ あさこ	お持ちいただく事 をお勧めします
	原宿・北参道 明治神宮前 8:40~9:45 ハタヨガ あさこ	原宿・北参道 明治神宮前 無料10:15~10:30 燃焼・引締トレ ☆10:30~11:40 ハタヨガ入門初級 麻子	阿佐ヶ谷・要予約 ☆12:30~1:40 ハタヨガ入門初級 あさこ	下高井戸・要予約 14・28日 12:10~1:20 ハタヨガ あさこ	渋谷・渋谷警察横 11:05~12:00 燃焼・引締 トレーニング あさこ	
	阿佐ヶ谷・要予約 無料1:30~2:00 燃焼・引締トレ ☆2:00~3:00 ハタヨガ 麻子			21日下高井戸・要予約 12:10~12:50 産後ヨガ赤ちゃん同伴可 13:00~13:40 産後ヨガ はいはい前の赤ちゃん あさこ/りな	渋谷・渋谷警察横 11:30~12:45 ハタヨガ あさこ	産後ヨガ 赤ちゃん同伴OK
	無料クラスは 前後クラスに参加 する方 対象です				下高井戸 2:20~3:30 ヨガ初級 むつみ 29 日休み	
	渋谷・公園通り 無料 6:10~6:30 燃焼・引締トレ ☆6:30~7:20 ハタヨガ 麻子			新宿西口 無料 6:10~6:30 燃焼引締トレーニング ☆6:30~7:30 ハタヨガ 麻子		自然災害・講師の 体調不良などで 休講になることが あります。 HP上Twitterを
	渋谷・公園通り 無料7:30~7:45 燃焼・引締トレ ☆7:45~8:45 ハタヨガ 麻子			新宿西口 7:45~8:45 ハタヨガ入門初級 りな		ご確認の上 クラスに参加してく ださい

杉並子育て応援券 対応クラスは一回参加 2000 円です◎錦糸町・大泉学園月謝 月三回 5000 円

入会金・予約不要 ◎1 回参加→3000 円 ◎3 ヵ月有効 5 枚券→13000 円 ◎月謝4枚券→10000 円

お得な月謝 (毎月 1 日~月末有効)◎11 枚→15000 円 ◎16 枚→20000 円 ◎20 枚→21600 円

(☆印クラスは 2 枚必要。1 枚づつ追加購入可能です→1000円) おつりの無いよう、お願いします!!!!!!