

月	火	水	木	金	土	日	
				1	2	3	
続けて効果を実感！フリーチケット・回数券(シルクサスペンションも受講可能です) ◎1か月フリーチケット 15,000円 ◎1か月10レッスン回数券 10,000円 ◎2か月10レッスン回数券 12,000円 ◎2か月5レッスン回数券 7,000円 ◎3か月10レッスン回数券 15,000円 前日までにご予約ください(定員数があります) 電話 077-535-6189 メール yogaroomowl@gmail.com インターネット予約 http://airrsv.net/yogaroomowl/calendar				ピラティス 09:30~10:45	ハタヨガ 09:30~10:45		
				シルクサスペンション 11:15~12:15	シルクサスペンション 11:15~12:15	脂肪燃焼トランポリン 13:00~14:00	【米プラザ】 ハタヨガ 14:15~15:30
				ハタヨガ 12:45~14:00			
				アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15			
4	5	6	7	8	9	10	
ピラティス 09:30~10:45		ハタヨガ 09:30~10:45		ピラティス 09:30~10:45	陰陽ヨガ 09:30~10:45	シルクサスペンション 09:30~10:30	
シルクサスペンション 11:15~12:15		シルクサスペンション 11:15~12:15		グラヴィティヨガ 11:15~12:30	脂肪燃焼トランポリン 11:15~12:15	脂肪燃焼トランポリン 11:00~12:00	
ハタヨガ 12:45~14:00			シニアヨガ 16:00~17:15	脂肪燃焼トランポリン 13:00~14:00	【米プラザ】 陰陽ヨガ 14:30~15:45	ハタヨガ 13:00~14:15	
			ハタヨガ@旧大津公会堂 18:30~19:40				
アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15		ハタヨガ 20:00~21:15	ピラティス 20:00~21:15				
11	12	13	14	15	16	17	
ピラティス 09:30~10:45		陰ヨガ 09:30~10:45		ピラティス 09:30~10:45			
シルクサスペンション 11:15~12:15		リンパマッサージ&ピラティス 11:15~12:30		グラヴィティヨガ 11:15~12:30			
ハタヨガ 12:45~14:00			シニアヨガ 16:00~17:15	脂肪燃焼トランポリン 13:00~14:00		【旧大津公会堂】イベントレッスン 美ユーツィエナジーフローヨガ 14:00~15:30	
						【旧大津公会堂】イベントレッスン フリースタイルヨガ 16:00~17:30	
	アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15		シルクサスペンション 20:00~21:00				
18	19	20	21	22	23(祝)	24	
ピラティス 09:30~10:45		ハタヨガ 09:30~10:45		ピラティス 09:30~10:45	ピラティス 09:30~10:45	シルクサスペンション 09:30~10:30	
シルクサスペンション 11:15~12:15		シルクサスペンション 11:15~12:15		グラヴィティヨガ 11:15~12:30	グラヴィティヨガ 11:15~12:30	脂肪燃焼トランポリン 11:00~12:00	
ハタヨガ 12:45~14:00			シニアヨガ 16:00~17:15	脂肪燃焼トランポリン 13:00~14:00	【米プラザ】 ピラティス 14:15~15:30	ハタヨガ 13:00~14:15	
			ハタヨガ@旧大津公会堂 18:30~19:40				
アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15			ピラティス 20:00~21:15				
25	26	27	28	29	30	31	
ピラティス 09:30~10:45		陰ヨガ 09:30~10:45		ピラティス 09:30~10:45	年末年始のお休み 12/30~1/3 ♡1/4からレッスン行います♡		
シルクサスペンション 11:15~12:15		リンパマッサージ&ピラティス 11:15~12:30		グラヴィティヨガ 11:15~12:30			
ハタヨガ 12:45~14:00			シニアヨガ 16:00~17:15	脂肪燃焼トランポリン 13:00~14:00			
アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15		陰ヨガ 20:00~21:15	シルクサスペンション 20:00~21:00				