

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|--|---------------------------|----------------------------|----------------------------|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3月のイベントレッスン【旧大津公会堂】 18日(日)14:00~15:30 ムューティエナジーフローヨガ、松本先生 18日(日)16:00~17:30 フリースタイルヨガ、David先生 31日(土)13:00~14:30 ハタヨガWS1回目 Manu先生 31日(土)15:00~16:30 ハタヨガWS2回目 Manu先生 レッスン料:1回 3,500円(スマイルチケット使用で3,000円) マットレンタルの場合 100円 事前にご予約ください(レギュラーレッスン、イベントレッスンとも) リフレクソロジー希望の方は日時をご相談ください。 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 | | | ハタヨガ 09:30~10:45 | ピラティス 09:30~10:45 | ハタヨガ 09:30~10:45 | |
| | | | | グラヴィティヨガ 11:15~12:30 | | |
| | | | | 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 |
| | | | ピラティス 20:00~21:15 | | | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | | 陰ヨガ 09:30~10:45 | ハタヨガ 09:30~10:45 | ピラティス 09:30~10:45 | 美ボディピラティス 09:30~10:45 | シルクサスペンション 09:30~10:30 |
| | | 美ボディピラティス 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 |
| | | | 脂肪燃焼トランポリン 13:00~14:00 | | | ハタヨガ 13:00~14:15 |
| | | | ハタヨガ@旧大津公会堂 18:30~19:40 | | 【米プラザ】 美ボディピラティス 14:15~15:30 | |
| | | 陰ヨガ 20:00~21:15 | シルクサスペンション 20:00~21:00 | ハタヨガ 20:00~21:15 | | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| ピラティス 09:30~10:45 | | ハタヨガ 09:30~10:45 | ハタヨガ 09:30~10:45 | ピラティス 09:30~10:45 | | シルクサスペンション 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 11:00~12:00 |
| ハタヨガ 12:45~14:00 | | | | 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 ムューテ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 | | ハタヨガ 20:00~21:15 | | ピラティス 20:00~21:15 | | |
| 19 | 20 | 21(祝) | 22 | 23 | 24 | 25 |
| ピラティス 09:30~10:45 | <div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> 祝日限定 メニュー！ </div> | 骨盤底筋トレーニング 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 11:15~12:15 | | 美尻トレーニング 11:15~12:30 | | グラヴィティヨガ 11:15~12:30 | | |
| ハタヨガ 12:45~14:00 | | | | 脂肪燃焼トランポリン 13:00~14:00 | | |
| | | | | ハタヨガ@旧大津公会堂 18:30~19:40 | | 【米プラザ】 陰陽ヨガ 14:15~15:30 |
| 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 | | | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |
| ピラティス 09:30~10:45 | | ハタヨガ 09:30~10:45 | ハタヨガ 09:30~10:45 | ピラティス 09:30~10:45 | シルクサスペンション 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 | | |
| ハタヨガ 12:45~14:00 | | | | 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 ハタヨガWS 13:00~14:30 | |
| | | | | | 【旧大津公会堂】イベントレッスン ハタヨガWS 15:00~16:30 | |
| アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15 | | | ピラティス 20:00~21:15 | | | |