

月	火	水	木	金	土	日	
2	3	4	5	6	7	8	
陰ヨガ 09:30~10:45		ピラティス 09:30~10:45		ハタヨガ 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	
		脂肪燃焼トランポリン 11:15~12:15		シルクサスペンション 11:15~12:15		ハタヨガ 11:00~12:15	
					【米プラザ】 美ボディピラティス 15:15~16:30		
アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15		ハタヨガ 20:00~21:15	シルクサスペンション 20:00~21:00				
9	10	11	12	13	14	15	
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	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	
		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	
					【米プラザ】 陰陽ヨガ 15:15~16:30		
アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15		陰ヨガ 20:00~21:15					
16	17	18	19	20	21	22	
		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 09:30~10:45	シルクサスペンション 09:30~10:30	
		脂肪燃焼トランポリン 11:15~12:15		シルクサスペンション 11:15~12:15		ハタヨガ 11:00~12:15	
					【米プラザ】 グラヴィティヨガ 15:15~16:30		
		ハタヨガ 20:00~21:15	シルクサスペンション 20:00~21:00				
23	24	25	26	27	28	29	
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		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		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	
アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15			ピラティス 20:00~21:15				
30	31	事前にご予約ください。 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					
陰ヨガ 09:30~10:45							
アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15							