

2020年 4月 グループレッスンスケジュール【唐崎 & 米プラザ】

Yoga & Pilates & SilkSuspension ヨガルームアウル

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
グループレッスンは予約制です。 ・唐崎の予約受付は前日20時まで ・米プラザの予約受付は水曜日まで (米プラザのみ3名様以上で開講) TEL 077-535-6189 ✉ yogaroomowl@gmail.com web予約↓ http://airrsv.net/yogaroomowl/calendar ☆『シルクサスペンション(定員4)』と、新登場!『バンジーフィットネス(定員2)』 お一人あたり回数券+500円。回数券なしの場合 2,500円			ヴィンヤサヨガ 09:30~10:45 YOKO	ピラティス 09:30~10:45 Morihiko	ピラティス 09:30~10:45 Toyoko	美☆姿勢ヨガ 09:30~10:45 akichiyo
					グラヴィティヨガ 11:15~12:30 Toyoko	美ボディピラティス 11:15~12:30 Morihiko
						【米プラザ】 美ボディピラティス 15:15~16:30 Morihiko
5	6	7	8	9	10	11
	自分軸を整えるヨガ 09:30~10:45 NOEL ◆シルク サスペンション 09:30~10:30 Morihiko		ヴィンヤサヨガ 09:30~10:45 YOKO	ピラティス 09:30~10:45 Morihiko	ピラティス 09:30~10:45 Toyoko	美ボディピラティス 09:30~10:45 Morihiko
					グラヴィティヨガ 11:15~12:30 Toyoko	
12	13	14	15	16	17	18
巡り美人ヨガ 09:30~10:45 Toyoko	自分軸を整えるヨガ 09:30~10:45 NOEL ◆シルク サスペンション 09:30~10:30 Morihiko		ヴィンヤサヨガ 09:30~10:45 YOKO	ピラティス 09:30~10:45 Morihiko	ピラティス 09:30~10:45 Toyoko	美☆姿勢ヨガ 09:30~10:45 akichiyo
					グラヴィティヨガ 11:15~12:30 Toyoko	美ボディピラティス 11:15~12:30 Morihiko
						【米プラザ】 グラヴィティヨガ 15:15~16:30 Morihiko
19	20	21	22	23	24	25
巡り美人ヨガ 09:30~10:45 Toyoko	自分軸を整えるヨガ 09:30~10:45 NOEL	ピラティス 09:30~10:45 Morihiko	ヴィンヤサヨガ 09:30~10:45 YOKO	ピラティス 09:30~10:45 Morihiko		グラヴィティヨガ 09:30~10:45 Morihiko
						◆シルクサスペンション 11:15~12:15 Morihiko
						【米プラザ】 美ボディピラティス 15:15~16:30 Morihiko
26	27	28	29(祝)	30		
巡り美人ヨガ 09:30~10:45 Toyoko ◆バンジー フィットネス 09:30~10:30 Morihiko	自分軸を整えるヨガ 09:30~10:45 NOEL ◆シルク サスペンション 09:30~10:30 Morihiko		ヴィンヤサヨガ 09:30~10:45 YOKO ◆バンジーフィットネス 11:00~12:00 Morihiko	ピラティス 09:30~10:45 Morihiko		