

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
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		プラティス 09:30~10:45 脂肪燃焼トランポリン 11:15~12:15 陰ヨガ 20:00~21:15			ハタヨガ 09:30~10:45 シルクサスペンション 11:15~12:15 【米プラザ】 ハタヨガ 15:15~16:30	シルクサスペンション 09:30~10:30 ハタヨガ 11:00~12:15
6	7	8	9	10	11	12
プラティス 09:30~10:45 アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15		ハタヨガ 09:30~10:45 シルクサスペンション 11:15~12:15 ハタヨガ 20:00~21:15		プラティス 09:30~10:45 グラヴィティヨガ 11:15~12:30 プラティス 20:00~21:15		
13	14	15	16	17	18	19
				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 20:00~21:00	陰陽ヨガ 09:30~10:45 【米プラザ】 陰陽ヨガ 15:15~16:30 ハタヨガ 20:00~21:15	
20	21	22	23	24	25	26
プラティス 09:30~10:45 アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15		ハタヨガ 09:30~10:45 シルクサスペンション 11:15~12:15 ハタヨガ 20:00~21:15		プラティス 09:30~10:45 グラヴィティヨガ 11:15~12:30 プラティス 20:00~21:15	ハタヨガ 09:30~10:45 【米プラザ】 美ボディプラティス 15:15~16:30	シルクサスペンション 09:30~10:30 脂肪燃焼トランポリン 11:00~12:00
27	28	29	30	31	9/1	9/2
陰ヨガ 09:30~10:45 アナトミック骨盤ヨガ 20:00~21:15		プラティス 09:30~10:45 脂肪燃焼トランポリン 11:15~12:15		ハタヨガ 09:30~10:45 シルクサスペンション 11:15~12:15 ハタヨガ 20:00~21:15	グラヴィティヨガ 09:30~10:45 ↓スペシャルレッスンのお知らせ↓ プラティスで知る自分の体。 上野典子マスタートレーナー 13:30~14:45 山科なぎ辻 ※回数券1回分+1,080円 ※その後、プラティスイストラクター養成講座の無料説明会があります(30分程度)	シルクサスペンション 09:30~10:30 ハタヨガ 11:00~12:15