

6月 スケジュール 【菊川ホットスタジオ】

	月	火	水	木	金	土	日	
10:00	10:00~ (60分) 美ヨガ まみ	10:00~ (60分) リフレッシュヨガ Kanae	10:00~ (60分) ベーシック YUKI	10:00~ (60分) ベーシック めぐみ		10:00~ (60分) ベーシック まみ	10:00~ (60分) リフレッシュヨガ Eri	
11:00	12:00~17:00 まで スタジオクローズ	11:30~ (60分) 骨盤リセットヨガ まみ	11:30~ (60分) すっきりリンパヨガ YUKI	11:30~ (80分) ロング めぐみ	11:00~ (80分) ロング まみ	11:20~ (70分) NEW 骨盤ビューティヨガ まみ	11:20~ (75分) ヨガボディ ひいろ	
13:00		13:30~ (常70分) ママ&ベビー まみ 2ヶ月~ずりばい 3ヶ月~1歳半まで				13:30~ (常60分) ピラティス Basic ともみ 27日パレトン	13:00~ (60分) ベーシック めぐみ	
14:00		6月中は安全を考慮し非 開催とさせていただきます。	14:00~ (60分) 優しいヨガ Eri 3日,17日			14:45~ (60分) すっきりリンパヨ ガ YUKI		14:30~ (弱75分) ヒーリングデトックス めぐみ
15:00							15:00~ (弱70分) ハタフローヨガ ともみ	
16:00								16:00~ (弱60分) 美姿勢ピラティス&ヨ ガ ともみ ※毎週開催
19:00	19:00~ (60分) きれいになるヨガ Miwako	19:00~ (常60分) ピラティス Basic ともみ	19:00~ (常60分) バレトン(美軸&脂肪燃 焼) ともみ	19:00~ (60分) ベーシック RISA	19:00~ (60分) ベーシック Kana	~お知らせ~ ※臨時休業中、皆様にはご不便おかけし申 し訳ございませんでした。 今後とも宜しくお願いいたします。 ※6月も指導員お客様の安全を考慮させて いただく上で、全てのクラスが弱ホット 32℃。定員数は10名となります。		
20:00	20:15~ (70分) Deep Relax Yoga Miwako	20:15~ (弱60分) 美姿勢ピラティス&ヨ ガ ともみ	20:30~ (60分) ベーシック (体験不 可) Eri	20:15~ (弱60分) パーツ美人ヨガ RISA ①③脚・お尻 ②④腕背中・お腹	20:15~ (弱70分) ナイトフローヨガ Kana			
	21:45 閉店	21:45 閉店	21:45 閉店	21:45 閉店	21:45 閉店			

32-33℃弱ホット
 常温クラス
 体験クラス