

9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~(弱60分) リフレッシュヨガ Kanae 3日代 Keiko	10:00~(60分) ベーシック YUKI 11日代 mikowa	10:00~(60分) ベーシック めぐみ 12日代 YUKIKO		10:00~(60分) ベーシック YUKIKO	10:00~(弱60分) リフレッシュヨガ JUNKO
11:00	11:30~16:30 迄 スタジオ・クローズ	11:30~(弱60分) 骨盤ダイエットヨガ 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 12日代 YUKIKO	11:00~(80分) ロング まみ	11:20~(80分) ロング(肩甲骨&呼吸) YUKIKO	11:20~(弱70分) Power & Relax Junko
13:00		13:30~(常70分) ママ&ベビー まみ 2ヶ月~ずりばい↓ 3,17日のみ開催	↑11日アンチエイジヨガ 代行 miwako			13:30~(常60分) ピラティス Basic バレトン(28日)ともみ	13:00~(60分) ベーシック めぐみ
14:00		3,17日のみ開催 3ヶ月~1歳半まで↓ 10,24日開催	14:00~(常70分) ヘルシーヨガ(シニア) 4日、18日 Eri		14:45~(60分) すっきりリンパヨガ YUKI	↑最終週バレトン	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						16:30 閉店	16:00~(弱60分) パワービギナー ともみ 1日、22日
17:00		17:00~(常温) 30分ヨガ		17:00~(常温) 30分ヨガ		17:00~(常温) 30分ヨガ	
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 sayuri 担当変更 19日~RISA	19:00~(60分) ベーシック Kana	受付 16:30 で終了 17:15 閉店	
20:00	20:15~(70分) リラク্সフロー Miwako	20:15~(弱60分) パワービギナー ともみ	20:30~(弱60分) ベーシック(+ディープ) Eri	20:15~(60分) Good Sleep 阿 担当変更 19日~RISA	20:15~(弱70分) ナイトフローヨガ Kana	9/16 (祝月)スケジュール 11:00 ジヒ先生 WS【90分】 13:00 きれいになるヨガ miwako 14:30 ハタフローヨガ (70分) miwako 16:00close 9/23 (祝月)スケジュール 10:00 ロング まみ 13:00 きれいになるヨガ miwako 14:30 ハタフローヨガ miwako 16:00 Close	
	21:45 閉店	21:45 閉店	20:30 受付終了 21:45 閉店	21:45 閉店	21:45 閉店		

35-36°Cホット
 32-33°C弱ホット
 常温クラス
 体験クラス
 平日 30分ヨガ