

## 2月 オンライン レッスン

ZOOM オンライン無料アプリのインストールが必要です。

オンライン専用

	火	水	木	金	土	日
10 11 時	10:00~(75分) ALL クラシカルヨガ Naoko		10:00~(70分) ALL アロマヨガ Tomomi	11:45~ 30分ヨガ【リフレッシュ】 Eri		10:00~(70分) ALL 骨盤矯正ヒップUP Masako
13 14 時	14:00~ 30分ヨガ【リフレッシュ】 Eri	13:30~(70分) lev1 優しいヨガ Eri		13:00~(60分) lev1 初めてピラティス Eri	13:00~(60分) ALL 足を整えるヨガ Eri	
15 16 時	15:00~(70分) lev1.5 ベーシック Eri	15:30~ 30分ヨガ【リフレッシュ】 Eri				16:30~(70分) ALL 陰ヨガ Eri
19 20 時	19:00~(70分) ALL リラックスヨガ Masako		20:00~(70分) lev1 ヨガボディ(筋膜リリース) ひいろ	20:30~ 30分ヨガ【快眠】 Eri		

### 【料金】 各マンスリーの方参加費無料

1回 1000円 / 1ヶ月受け放題 4500円 (リピート4000円) / 30分ヨガ: 4回 2000円 (2ヶ月有効) 全て税込

事前決済要



- ◆ご予約はWEB予約のみ。レッスン開始1時間前で締切です。
- ◆何名でも参加可能です。高齢者向け、妊婦さん向けのクラスは開催しておりません。
- ◆途中退出も可能です。ビデオON/OFFも自由。用途に合わせてご利用ください。
- ◆メンバーの方は会員専用Web予約 「スタジオレッスン」→「オンラインヨガ」に切り替えてご予約をお取りください。

申込・お問合せ [info.yogarcu@gmail.com](mailto:info.yogarcu@gmail.com)

