

1月レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00						09:00-17:00 全米ヨガアライアンスインストラクター養成講座 1月開講	09:00-17:00 全米ヨガアライアンスインストラクター養成講座	
10:00	10:30-11:45 ベビーマッサージ たみたみ	10:30-11:30 ピラティス 前田		10:30-11:45 産後ヨガ Lisa (子連れ可能)	10:00-12:00 整体予約受付 Lisa			
11:00		第4週目のみ 視力向上ヨガ 前田						
12:00	12:00-13:15 マタニティヨガ たみたみ							
13:00		13:30-14:45 パワーヨガ Lisa	13:30-14:45 パラYOGA Lisa	13:30-14:45 パワーヨガ Lisa				
14:00	14:00-18:00 整体予約受付 Lisa	15:00-18:00 整体予約受付 Lisa	15:00-18:00 整体予約受付 Lisa	15:00-16:15 骨盤整体ヨガ Lisa				
15:00								
16:00								
17:00								
18:00	第2週目のみ 視力向上ヨガ 前田		18:15-19:30 骨盤整体ヨガ Lisa					
19:00								
20:00		20:00-21:00 英会話 & 英語でヨガ Emi	19:45-21:00 パラYOGA Lisa	19:45-20:45 ヨガ & ピラティス 前田				
21:00								

※1/16 書き初めイベントを行います。詳細は、「お知らせ」にてご確認下さい。