

矢部駅徒歩 1 分骨盤アロマヨガスタジオ Pelvis 2&3 月のレッスン予定

	月	火	水	木	金	土	日
8:30						朝ヨガ☺ AMI	朝ヨガ☺ YUKA
10:20	第1・3 ピラティス♡ 第2・4 ハタヨガ☺ NOZOMI/MIZUKA	Hatha Basic ハタヨガ・ベーシック MINA/AKEMI	骨盤ダイエット☺ CHIAKI	骨盤調整☺ MINA	*目覚めのハタフロー リフレッシュヨガ AKANE	骨盤調整☺ AMI	Sun Saltation やさしい太陽礼拝☆ YUKA
12:00	第1・3 スタイルアップ 第2・4 肩こり解消☺ NOZOMI/MIZUKA	骨盤調整☺ MINA/AKEMI	Standard ハタヨガ☺ CHIAKI	*Sun Healing アロハヨガ MINA	骨盤調整☺ AKANE	Moon yoga☺ 月礼拝フローヨガ MEGUMI	こころに優しい リラックスヨガ☺ YUKA/YUUMI
13:50	こころに優しい リラックスヨガ☺ AKEMI	マタニティヨガ 15週～臨月まで MINA	毎月水曜日 10名限定 14:00-16:00 特別クラス 120分	ママ＆ベビー 2ヶ月～1才程度まで MINA/RIEKO	Standard ハタヨガ☺ AMI	こころに優しい リラックスヨガ☺ MEGUMI	骨盤調整☺ YUUMI
15:30	骨盤調整☺ AKEMI	第1・3 月ヨガ☺ 第2・4 ハタヨガ☺ MINA	毎週違う2時間の特別 クラスをお楽しみください ※5週目アーサナ練習会	第1・3 リラックス☺ 第2・4 アンチエイジング MINA/RIEKO	第1・3 骨盤ダイエット 第2・4 サンセットヨガ AMI	第1・3 パワーヨガ★★ 第2・4 癒しの陰ヨガ MINA	奇数週 Standard ハタヨガ☺ YUUMI
18:30	代講 2/3・10(土) めぐみ→いち・あみ 3/2・9(金)	骨盤調整☺ ICHI	beginner アシュタンガヨガ★ ICHI	Standard ハタヨガ☺ YUKA	肩こり解消 ほぐしヨガ☺ YUKA	1レッスン 70分 定員 13名(10名クラスあり) ※祝日は夜レッスン CLOSE となります DFP 平日 15:00 まで / AFP 平日 13:50 から	
20:10	あみ→茜・みな 2/24・3/3・10(土) →明美・みずか・みな	*夜のハタフロー リセットヨガ ICHI	骨盤調整☺ ICHI	Moon yoga☺ 月礼拝フローヨガ YUKA	こころに優しい リラックスヨガ☺ YUKA	ALLFP 土日祝も全て含み OK (継続割あり) チケットの方は3ヶ月以内に8回受講すると アロマオイルプレゼント♡BD 特典♡繰越サービスあり	

初回体験 1080円♡メンバー登録 1080円♡ヨガマット無料貸出♡ ☎042-851-4877 ✉inyoga.jp@gmail.com

ホームページをご覧ください⇒ <http://www.inyoga.jp/>

予約はこちら⇒ <http://yogapelvis/resv.jp/>