

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
8:40						朝ヨガ☺ AMI	朝ヨガ☺ YUKA
10:20	Standard ハタヨガ☺ CHIE/MIZUKA	美しいココロヨガ 太陽と月のフロー AKEMI	骨盤ダイエット☺ CHIAKI	骨盤調整☺ MINA	朝の目覚めヨガ リフレッシュフロー AYUMI	骨盤調整☺ AMI	やさしい アシュタンガヨガ★ YUKA
12:00	肩こり解消 ほぐしヨガ☺ AKEMI/MIZUKA	骨盤調整☺ AKEMI	Standard ハタヨガ☺ CHIAKI	Hatha Basic ハタ・ベーシック MINA	骨盤調整☺ AYUMI	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☺ YUUMI
13:40	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/RIEKO	極上の relaxation 癒しの陰ヨガ MINA	産後ママベビーヨガ 2ヶ月～1才程度まで MINA	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
15:20	第2・4限定 筋膜リリースヨガ☺ AKEMI	Standard ハタヨガ☺ MINA/RIEKO	アロハムーンヨガ☺ デトックスフロー MINA	こころに優しい リラックスヨガ☺ MINA	骨盤ダイエット☺ AMI	第1・3 パワーヨガ★ 第2・4 癒しの陰ヨガ MINA	第1・3・5限定 ハタヨガ☺ YUUMI
18:20	◆定休日◆ 3/21(祝木) 春分の日は お休みとなります。	骨盤調整☺ ICHI	やさしい 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☺ ERINA	1レッスン70分 定員12名 ※祝日は夜レッスンCLOSEとなります 骨盤調整ヨガ5週目限定→骨盤ダイエット 代講はスタジオのボード又は 予約システムにてご確認ください。	
20:00		腰痛予防・コアヨガ スリムアップ 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☺ ERINA		

初回体験 1080 円♡ヨガマット無料♡☎042-851-4877 ✉inyoga.jp@gmail.com HP→www.inyoga.jp