

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
LIVEyoga		スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga	
15日		16日		17日		18日		19日		20日		
1030-1130 朝を感じるヨ ガ yasuko	1030-1130 朝を感じるヨ ガ yasuko	1030-1130 ナチュラルヨ ガ nanako	10:30-11:30 リフレッシュ ヨガ erika	10:00-11:00 全身スッキリ フローヨガ chie	10:00-11:00 全身スッキリ フローヨガ chie	10:30-11:30 癒しのヨガ minako	10:30-11:30 癒しのヨガ minako			1030-1130 巡りのヨガ noriko	1030-1130 巡りのヨガ noriko	
1400-1500 女性のための ヨガ megumi	1400-1500 女性のため のヨガ megumi				11:00-12:00 膕ヨガ(幸せ 女性ホルモン アップ) chiaki		13:30-14:30 ストレッチポー ルヨガ chie	1330-1430 ゆったりヨガ megumi	1330-1430 ゆったりヨガ megumi	12:00-13:00 温活ヨガ megumi	12:00-13:00 温活ヨガ megumi	
						2030-2130 おやすみ前の 顔yoga massumi	19:20-20:20 美尻美脚ヨガ chie	19:20-20:20 美尻美脚ヨガ chie	1915-20-15 アンチエイジ ングヨガ minako	1915-20-15 アンチエイジ ングヨガ minako	1500-1600 パワーヨガ Chie	1500-1600 パワーヨガ Chie
	18:30-19:30 リンパデトッ クスヨガ chie	1915-20-15 リンパyoga yumi	1915-20-15 リンパyoga yumi									
22日		23日		24日		25日		26日		27日		
1030-1130 身体改善ヨガ chie	1030-1130 身体改善ヨ ガ chie	1030-1130 ナチュラルヨ ガ nanako	10:30-11:30 リフレッシュ ヨガ erika	10:00-11:00 全身スッキリ フローヨガ chie	10:30-11:30 全身スッキリ フローヨガ chie	10:30-11:30 癒しのヨガ minako	10:30-11:30 癒しのヨガ minako	テニスボールを2個ご 用意ください		1030-1130 巡りのヨガ noriko	1030-1130 巡りのヨガ noriko	
1400-1500 女性のための ヨガ megumi	1400-1500 女性のため のヨガ megumi			11:00-12:00 膕ヨガ(幸せ 女性ホルモン アップ) chie	11:00-12:00 膕ヨガ(幸せ 女性ホルモン アップ) chie		13:30-14:30 ストレッチポー ルヨガ chie	1330-1430 ゆったりヨガ minako	1330-1430 ゆったりヨガ minako	12:00-13:00 温活ヨガ megumi	12:00-13:00 温活ヨガ megumi	
				1330-1430 アロマストレッ チ mika						1500-1600 パワーヨガ Chie	1500-1600 パワーヨガ Chie	
	18:30-19:30 リンパデトッ クスヨガ chie	1915-20-15 リンパyoga yumi	1845-1945 月と夜ヨガ erika			19:20-20:20 美尻美脚ヨガ chie	19:20-20:20 美尻美脚ヨガ chie	1915-20-15 アンチエイジ ングヨガ minako	1915-20-15 アンチエイジ ングヨガ minako	からだの恵み 東郷サロン		

.....