
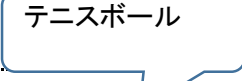


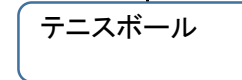
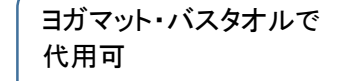




月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
スタジオ LIVEyoga		スタジオ LIVEyoga		スタジオ LIVEyoga		スタジオ LIVEyoga		スタジオ LIVEyoga		スタジオ LIVEyoga		
4		5		6		7		8		9		
		1030-1130	10:30-11:30	10:00-11:00	10:00-11:00	10:30-11:30	10:30-11:30			1030-1130	1030-1130	
		ナチュラル ヨガ nanako	和らげる ヨガ erika	歪みが整う ポールヨガ chie	歪みが整う ポールヨガ chie	からだと心を 緩めるヨガ minako	からだと心を 緩めるヨガ minako	 テニスボール		巡りのヨガ (気・血・水) noriko	巡りのヨガ (気・血・水) noriko	
				ヨガマット・バスタオルで代用可 	11:00-12:00 臍ヨガ(幸せ 女性ホルモン アップ) chiaki		13:30-14:30 歪みが整う ポールヨガ chie		1330-1430 臍ヨガ (幸せ女性ホル モンアップ) chiaki	1330-1430 臍ヨガ (幸せ女性ホル モンアップ) chiaki	12:00-13:00 温活ヨガ (妊活・妊婦も おすすめ) megumi	12:00-13:00 温活ヨガ (妊活・妊婦も おすすめ) megumi
karadano	megumi									1500-1600 パワーヨガ Chie	1500-1600 パワーヨガ Chie	
18:30-19:30	1915-2015	1915-2015		2030-2130	19:20-20:20	19:20-20:20	1915-2015	1915-2015				
美的yoga chie	お尻ほぐし 血流ヨガ megumi	お尻ほぐし 血流ヨガ megumi		おやすみ前 の顔yoga masumi	美尻美脚ヨガ chie	美尻美脚ヨガ chie	アンチエイジ ングヨガ minako	アンチエイジ ングヨガ minako				
11		12		13		14		15		16		
1030-1130	1030-1130	1030-1130	10:30-11:30	10:00-11:00	10:00-11:00	10:30-11:30	10:30-11:30			1030-1130	1030-1130	
整える 骨盤ヨガ chie	整える 骨盤ヨガ chie	ナチュラル ヨガ nanako	和らげる ヨガ erika	全身スッキリ フローヨガ chie	全身スッキリ フローヨガ chie	からだと心を 緩めるヨガ minako	からだと心を 緩めるヨガ minako	 テニスボール		巡りのヨガ (気・血・水) noriko	巡りのヨガ (気・血・水) noriko	
1400-1500	1400-1500				11:00-12:00 臍ヨガ(幸せ 女性ホルモン アップ) chiaki		13:30-14:30 歪みが整う ポールヨガ chie		1330-1430 臍ヨガ (幸せ女性ホル モンアップ) chiaki	1330-1430 臍ヨガ (幸せ女性ホル モンアップ) chiaki	12:00-13:00 温活ヨガ (妊活・妊婦も おすすめ) megumi	12:00-13:00 温活ヨガ (妊活・妊婦も おすすめ) megumi
女性のため のヨガ megumi	女性のため のヨガ megumi			1330-1430 アロマスト レッチ mika				 ヨガマット・バスタオルで 代用可		1500-1600 パワーヨガ Chie	1500-1600 パワーヨガ Chie	
												
18:30-19:30	1915-2015	1915-2015		2030-2130	19:20-20:20	19:20-20:20	1915-2015	1915-2015				
美的yoga chie	お尻ほぐし 血流ヨガ megumi	お尻ほぐし 血流ヨガ megumi		おやすみ前 の顔yoga masumi	美尻美脚ヨガ chie	美尻美脚ヨガ chie	アンチエイジ ングヨガ minako	アンチエイジ ングヨガ minako				

18		19		20		21		22		23	
1030-1130	1030-1130	1030-1130	10:30-11:30	10:00-11:00	10:00-11:00	10:30-11:30	10:30-11:30	テニスボール		1030-1130	1030-1130
女性によりそう 季節のヨガ	女性によりそう 季節のヨガ	ナチュラル ヨガ	和らげる ヨガ	歪みが整う ポールヨガ	歪みが整う ポールヨガ	からだと心を 緩めるヨガ	からだと心を 緩めるヨガ			巡りのヨガ (気・血・水)	巡りのヨガ (気・血・水)
yasuko	yasuko	nanako	erika	chie	chie	minako	minako	1330-1430	1330-1430	noriko	noriko
1400-1500	1400-1500				11:00-12:00		13:30-14:30	1330-1430	1330-1430	12:00-13:00	12:00-13:00
女性のため のヨガ	女性のため のヨガ	テニスボール ご用意くださ	ヨガマット・バス タオルで代用可		膣ヨガ(幸せ 女性ホルモン アップ)		歪みが整う ポールヨガ	膣ヨガ (幸せ女性ホル モンアップ)	膣ヨガ (幸せ女性ホル モンアップ)	温活ヨガ (妊活・妊婦も おススメ)	温活ヨガ (妊活・妊婦も おススメ)
megumi	megumi				chiaki		chie	chiaki	chiaki	noriko	noriko
							chie			1500-1600	1500-1600
							chie			パワーヨガ Chie	パワーヨガ Chie
	18:30-19:30	1915-2015	1915-2015			19:20-20:20	19:20-20:20	1915-2015	1915-2015		
	美的yoga	お尻ほぐし 血流ヨガ	お尻ほぐし 血流ヨガ			美尻美脚ヨガ	美尻美脚ヨガ	アンチエイジ ングヨガ	アンチエイジ ングヨガ		
	chie	megumi	megumi			chie	chie	minako	minako		
25		26		27		28		29		30	
1030-1130	1030-1130	1030-1130	10:30-11:30	10:00-11:00	10:00-11:00	10:30-11:30	10:30-11:30			1030-1130	1030-1130
整える 骨盤ヨガ	整える 骨盤ヨガ	ナチュラル ヨガ	和らげる ヨガ	全身スッキリ フローヨガ	全身スッキリ フローヨガ	からだと心を 緩めるヨガ	からだと心を 緩めるヨガ			巡りのヨガ (気・血・水)	巡りのヨガ (気・血・水)
chie	chie	nanako	erika	chie	chie	minako	minako	1330-1430	1330-1430	noriko	noriko
1400-1500	1400-1500				11:00-12:00		13:30-14:30	1330-1430	1330-1430	12:00-13:00	12:00-13:00
女性のため のヨガ	女性のため のヨガ				膣ヨガ(幸せ 女性ホルモン アップ)		歪みが整う ポールヨガ	膣ヨガ (幸せ女性ホル モンアップ)	膣ヨガ (幸せ女性ホル モンアップ)	温活ヨガ (妊活・妊婦も おススメ)	温活ヨガ (妊活・妊婦も おススメ)
megumi	megumi				chiaki		chie	chiaki	chiaki	noriko	noriko
							chie			1500-1600	1500-1600
					1330-1430 アロマスト レッチ mika		chie			パワーヨガ Chie	パワーヨガ Chie
	18:30-19:30	1915-2015	1915-2015			19:20-20:20	19:20-20:20	1915-2015	1915-2015		
	美的yoga	お尻ほぐし 血流ヨガ	お尻ほぐし 血流ヨガ			美尻美脚ヨガ	美尻美脚ヨガ	アンチエイジ ングヨガ	アンチエイジ ングヨガ		
	chie	megumi	megumi			chie	chie	minako	minako		