

| 平尾     |                 |                   |         |                     |         |        |                     |                      |
|--------|-----------------|-------------------|---------|---------------------|---------|--------|---------------------|----------------------|
|        | mon             | tue               | wed     | thu                 | fri     |        | sat                 | sun                  |
| 8:50-  |                 | 9:00-アシュタンガ<br>ヨガ |         |                     | 朝のアロマヨガ | 9:00-  | 8:00-アシュタンガ<br>ヨガ90 | ヨガベーシック              |
|        |                 | tomomi            |         |                     | yui     |        | satsuki             | maya                 |
| 10:15- | 朝のヨガフロー         | リンパヨガ             |         | アロマヨガ               | ゆるヨガ    | 10:20- | 9:40-10:25コアト<br>レ  | メディテーションヨガ月<br>イチ瞑想会 |
|        | sayaka (yuko 枠) | tomomi            |         | ai                  | kaori   |        | satsuki             | tama                 |
| 11:30- | 骨盤調整ヨガ          | アロマヨガ             |         | リンパヨガ               | ヨガベーシック | 11:30- | 10:35-アロマヨガ         | 陰ヨガ                  |
|        | yui             | ai                |         | tomomi              | miho    |        | yui                 | tama                 |
| 12:45- | ヨガアドバンス         | 陰ヨガ               |         | リフレッシュ & ほ<br>ぐれるヨガ |         | 12:45- | 11:45-骨盤調整<br>ヨガ    |                      |
|        | yui             | tama              |         | sayaka (yuko 枠)     |         |        | ai                  |                      |
| 14:00- |                 |                   |         |                     |         |        |                     |                      |
| 19:00- | アロマリンパヨガ        | 19:15-大人バレ<br>エ   | ヨガベーシック | 19:15-大人バレ<br>エ     | ヨガベーシック |        |                     |                      |
|        | ai              | akane             | umi     | rikako              | mami    |        |                     |                      |
| 20:15- | 骨盤調整ヨガ          | 20:30-骨盤調整<br>ヨガ  |         | 20:30-ヨガアドバ<br>ンス   | ゆるヨガ    |        |                     |                      |
|        | ai              | sayaka            |         | eri                 | mami    |        |                     |                      |

青文字男性OK枠