

Yoga Studio Slow Flow 2018 1 月 January Lesson Menu

月	火	水	木	金	土	日
1 元旦	2	3 イベントレッスン 新春ヨガ トノエハジメ ★10:30～ お楽しみ福袋付き！ ※料金 1000 円 ※要予約、定員10名	4	5 ★10:30～ misaki 関節に優しいヨガ	6 10:00～ エアリアルヨガ ryoko ★19:00～バクティーフロー ヨガ(candle) ryoko	7 ★10:00～ ryoko アンチエイジング
8 成人の日 10:00～ エアリアルヨガ ryoko 20:30～ エアリアルヨガ ryoko	9 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」misaki ★19:30～ヴィンヤサFlow ryoko	10 ★19:30～ Men's メンテナンス (ハタヨガ) ryoko	11 ★13:45～ リラクソヨガ ryoko ★18:45～ ディープリラクソ misaki 20:30～ エアリアルヨガ ryoko	12 ★10:30～ misaki 関節に優しいヨガ	13 20:30～ エアリアルヨガ ryoko	14 ★10:00～ ryoko アンチエイジング
15 13:30～ エアリアルヨガ ryoko ★18:45～ コンディショニングヨガ ryoko	16 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 misaki ★19:30～ヴィンヤサFlow ryoko	17 ★19:30～ Men's メンテナンス (ハタヨガ) ryoko	18 ★13:45～ リラクソヨガ ryoko ★18:45～ ディープリラクソ misaki 20:30～ エアリアルヨガ ryoko	19 ★10:30～ misaki 関節に優しいヨガ	20 ★10:00～ ファットバーニング ryoko ★19:00～太陽礼拝 misaki	21 ★10:00～ ryoko アンチエイジング
22 13:30～ エアリアルヨガ ryoko ★18:45～ コンディショニングヨガ ryoko	23 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 misaki ★19:30～ヴィンヤサFlow ryoko	24 ★19:30～ Men's メンテナンス (ハタヨガ) ryoko	25 ★13:45～ リラクソヨガ ryoko ★18:45～ ディープリラクソ misaki 20:30～ エアリアルヨガ ryoko	26 ★10:30～ misaki 関節に優しいヨガ	27 NEW★イベントレッスン ★19:00～20:30 サンクチュアリーヨガ (aroma&candle) ryoko ※要予約、5名限定 温熱セラピーを含む、冬の体に優し いレッスンです。※料金 2000 円	28 ★10:00～ryoko アンチエイジング
29 13:30～ エアリアルヨガ ryoko ★18:45～コンディショニ ングヨガ ryoko	30 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」misaki ★19:30～ヴィンヤサFlow ryoko	31 ★19:30～ Men's メンテナンス (ハタヨガ) ryoko	<p>ヨガスタジオ スロウフロー</p> <p>〒010-0973 秋田県秋田市八橋本町1丁目2-14 スロウフロー株式会社 Tel 090-7520-6953 Mail slowflow.626-aoi@ezweb.ne.jp</p> <p>ご連絡はLINE までお気軽にどうぞ 検索 ID は、「@klr8381r」です。</p>  			

新しい年を、みなさまの健やかさを土台に、軽やかにスタートしましょう！
「新春ヨガ」「サンクチュアリーヨガ」のご予約は、お早めにどうぞ！