

Yoga Studio Slow Flow 2018 4月 April Lesson Menu

月	火	水	木	金	土	日
						1 ★8:15~ Ryoko アサヨガ NEW! ★10:00~ Ryoko アンチエイジング ★14:00~ Sachi イベントレッスン! Slow flow Kids Yoga
2 ★14:00~ エアリアルヨガ Ryoko ★18:45~ コンディショニングヨガ Ryoko ★20:15~ エアリアル RELAX Ryoko	3 ★10:30~ 「骨盤調整ヨガ」Misaki ★19:30~ ヴィンヤサFlow Ryoko	4 ★19:30~ Men's メンテナンス (ハタヨガ) Ryoko	5 ★14:00~ リラックスヨガ Ryoko ★20:00~ エアリアルヨガ Ryoko	6 ★10:30~ Misaki 関節に優しいヨガ ★20:00~ エアリアル RELAX Ryoko	7 ★14:00~ エアリアルヨガ Ryoko ★19:00~ バクティーフロー ヨガ(candle) Ryoko	8 ★10:00~ Ryoko アンチエイジング ★13:00~ Ryoko Maternity Relax NEW!
9 ★14:00~ エアリアルヨガ Ryoko ★18:45~ コンディショニングヨガ Ryoko ★20:15~ エアリアル RELAX Ryoko	10 ★10:30~ 「骨盤調整ヨガ」 Ryoko ★19:30~ ヴィンヤサFlow Ryoko	11 ★19:30~ Men's メンテナンス (ハタヨガ) Ryoko	12 ★14:00~ リラックスヨガ Ryoko ★18:30~ Ryoko Maternity Relax NEW! ★20:00~ エアリアルヨガ Ryoko	13 ★10:30~ Misaki 関節に優しいヨガ ★20:00~ エアリアル RELAX Ryoko	14 ★10:00~ Walking and yoga Ryoko ★19:00~ ヴィンヤサFlow (太陽礼拝) Ryoko	15 ★8:15~ Ryoko アサヨガ NEW! ★10:00~ Ryoko アンチエイジング
16 ★14:00~ エアリアルヨガ Ryoko ★18:45~ コンディショニングヨガ Ryoko ★20:15~ エアリアル RELAX Ryoko	17 ★10:30~ 「骨盤調整ヨガ」 Misaki ★19:30~ ヴィンヤサFlow Ryoko	18 ★19:30~ Men's メンテナンス (ハタヨガ) Ryoko	19 ★14:00~ リラックスヨガ Ryoko ★20:00~ エアリアルヨガ Ryoko	20 ★10:30~ Misaki 関節に優しいヨガ ★20:00~ エアリアル RELAX Ryoko	21 ★14:00~ エアリアルヨガ Ryoko ★19:00~ バクティーフロー ヨガ(candle) Ryoko	22 ★10:00~ Ryoko アンチエイジング ★13:00~ Ryoko Maternity Relax NEW!
23 ★14:00~ エアリアルヨガ Ryoko ★18:45~ コンディショニングヨガ Ryoko ★20:15~ エアリアル RELAX Ryoko	24 ★10:30~ 「骨盤調整ヨガ」 Ryoko ★19:30~ ヴィンヤサFlow Ryoko	25 ★19:30~ Men's メンテナンス (ハタヨガ) Ryoko	26 ★14:00~ リラックスヨガ Ryoko ★18:30~ Ryoko Maternity Relax NEW! ★20:00~ エアリアルヨガ Ryoko	27 ★10:30~ Misaki 関節に優しいヨガ ★20:00~ エアリアル RELAX Ryoko	28	29 昭和の日
30 振替休日 ★10:00~ Aroma Yoga Ryoko						

LINE@

お問い合わせ
お待ちしております



日曜日の朝、新レッスン「アサヨガ」登場
 次の日に備えてカラダすっきりさせましょう！
 4月1日(日) サチ先生のイベントレッスン
 「スロウフローキッズヨガ」開催します。
 親子で参加してみませんか？