

Yoga Studio Slow Flow 2018 9月 September Lesson Menu

月	火	水	木	金	土	日
---	---	---	---	---	---	---



LINE@



9月23日(日)「ソトヨガ」開催いたします。
秋空に向かって心地良いポーズを♡
みなさまの参加お待ちしております！

					<p>1 ★14:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p> <p>★19:00～バクティーフローヨ ガ(candle) Ryoko</p>	<p>2 ★8:15～ Ryoko アサヨガ ★10:00～ Ryoko アンチエイジング</p>
--	--	--	--	--	---	---

<p>3 ★14:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p> <p>★18:45～ コンディショニングヨガ Ryoko ★20:15～ <u>エアリアル RELAX</u> Ryoko</p>	<p>4 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」Misaki</p> <p>★19:30～<u>ヴインヤサFlow</u> Ryoko</p>	<p>5 ★19:30～ Men's メンテナンス (ハタヨガ) Ryoko</p>	<p>6 ★14:00～ リラックスヨガ Ryoko</p> <p>★20:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p>	<p>7 ★10:30～ Misaki 関節に優しいヨガ ★18:30～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko ★20:00～ <u>エアリアル RELAX</u> Kyoko</p>	<p>8 ★10:00～ Walking and yoga Ryoko</p>	<p>9 ★10:00～ Ryoko アンチエイジング</p>
<p>10 ★14:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p> <p>★18:45～ コンディショニングヨガ Ryoko ★20:15～ <u>エアリアル RELAX</u> Ryoko</p>	<p>11 イベントレッスン 「骨盤&アロマヨガ」 ★10:30～Ryoko</p> <p>★19:30～<u>ヴインヤサFlow</u> Ryoko</p>	<p>12 ★19:30～ Men's メンテナンス (ハタヨガ) Ryoko</p>	<p>13 ★14:00～ リラックスヨガ Ryoko</p> <p>★18:30～ Ryoko マタニティ Relax ★20:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p>	<p>14 ★10:30～ Misaki 関節に優しいヨガ ★18:30～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko ★20:00～ <u>エアリアル RELAX</u> Kyoko</p>	<p>15 ★10:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p> <p>★19:00～バクティーフローアドバン スフローヨガ(candle) Ryoko NEW!</p>	<p>16 ★8:15～ Ryoko アサヨガ ★10:00～ Ryoko アンチエイジング</p>
<p>17 敬老の日 ★14:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p> <p>★18:45～ コンディショニングヨガ Ryoko ★20:15～ <u>エアリアル RELAX</u> Ryoko</p>	<p>18 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 Misaki</p> <p>★19:30～<u>ヴインヤサFlow</u> Ryoko</p>	<p>19 ★19:30～ Men's メンテナンス (ハタヨガ) Ryoko</p>	<p>20 ★14:00～ リラックスヨガ Ryoko</p> <p>★20:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p>	<p>21 ★10:30～ Misaki 関節に優しいヨガ ★18:30～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko ★20:00～ <u>エアリアル RELAX</u> Kyoko</p>	<p>22 ★10:00～ Walking and yoga Ryoko</p>	<p>23 秋分の日 イベントレッスン 「ソトヨガ」 ★10:00～Ryoko ※場所 秋田マリーナ ※料金別途 1000円</p>
<p>24 振替休日 ★10:00～ Ryoko アンチエイジング</p> <p>★14:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko ★18:45～ コンディショニングヨガ Ryoko</p>	<p>25 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 Misaki</p> <p>★19:30～<u>ヴインヤサFlow</u> Ryoko</p>	<p>26 ★19:30～ Men's メンテナンス (ハタヨガ) Ryoko</p>	<p>27 ★14:00～ リラックスヨガ Ryoko</p> <p>★18:30～ Ryoko マタニティ Relax ★20:00～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko</p>	<p>28 ★10:30～ Misaki 関節に優しいヨガ ★18:30～ <u>エアリアルヨガ</u> Ryoko ★20:00～ <u>エアリアル RELAX</u> Kyoko</p>	<p>29</p>	<p>30</p>