

Yoga Studio Slow Flow 2021 8月 August Lesson Menu

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

今年の暑い夏もヨガの呼吸で乗り切りましょう！
イベント情報は随時更新中！お見逃しなく！



<p>2 10:00 アフターマタニティー☆ ※ねんね期の赤ちゃん連れOKです！※(カ)</p> <p>14:00 Saori ひざこしらクラクヨガ☆※(カ)</p> <p>18:45 コンディショニング☆☆☆</p> <p>20:30 エアエナジー☆☆☆※(カ)</p>						<p>3</p> <p>10:00 骨盤調整☆☆☆</p> <p>19:30 ヴィンヤサFlow ☆☆☆☆</p>	<p>4</p> <p>19:30 Men's メンテナンス (ハタヨガ) ☆☆☆☆</p>	<p>5</p> <p>14:00 リラックス☆☆☆ ※(カ)</p>	<p>6</p>	<p>7</p> <p>9:00 リズミックWalking☆☆☆</p> <p>16:30 エアエナジー☆☆☆※(カ)</p> <p>19:00 バクティーフロー☆☆☆☆</p>	<p>8 山の日</p> <p>9:00 アサヨガ☆☆☆</p> <p>10:30 アンチチェアプラス☆☆☆☆</p>
<p>9 振替休日</p> <p>18:45 コンディショニング☆☆☆</p> <p>20:30 エアエナジー☆☆☆※(カ)</p>	<p>10</p> <p>10:00 骨盤&アロマ☆☆☆</p> <p>14:00 Saori ひざこしらクラクヨガ☆※(カ)</p> <p>19:30 ヴィンヤサFlow ☆☆☆☆</p>	<p>11</p> <p>19:30 Men's メンテナンス (ハタヨガ) ☆☆☆☆</p>	<p>12</p> <p>14:00 リラックス☆☆☆※(カ)</p>	<p>13</p>	<p>14</p> <p>9:00 Walk & yoga ベーシック☆☆☆</p> <p>16:30 エアエナジー☆☆☆※(カ)</p>	<p>15 スタジオお休み</p>					
<p>16 スタジオお休み</p>	<p>17 スタジオお休み</p>	<p>18</p> <p>19:30 Men's メンテナンス (ハタヨガ) ☆☆☆☆</p>	<p>19</p> <p>14:00 リラックス☆☆☆※(カ)</p>	<p>20</p>	<p>21</p> <p>9:00 リズミックWalking☆☆☆</p> <p>16:30 エアエナジー☆☆☆※(カ)</p> <p>19:00 バクティーアドバンス ☆☆☆☆☆</p>	<p>22</p> <p>9:00 アサヨガ☆☆☆</p> <p>10:30 アンチチェアプラス ☆☆☆☆</p>					
<p>23 10:00 マタニティーヨガ☆※(カ)</p> <p>14:00 Saori ひざこしらクラクヨガ☆※(カ)</p> <p>18:45 コンディショニング☆☆☆</p> <p>20:30 エアエナジー☆☆☆※(カ)</p>	<p>24</p> <p>10:00 骨盤&アロマ☆☆☆</p> <p>19:30 ヴィンヤサFlow ☆☆☆☆</p>	<p>25</p> <p>19:30 Men's メンテナンス (ハタヨガ) ☆☆☆☆</p>	<p>26</p> <p>14:00 リラックス☆☆☆※(カ)</p>	<p>27</p>	<p>28</p> <p>16:30 エアエナジー☆☆☆※(カ)</p>	<p>29</p> <p>9:00 アサヨガ☆☆☆</p> <p>10:30 アンチエイジング☆☆☆</p>					
<p>30 10:00 アフターマタニティー☆ ※ねんね期の赤ちゃん連れOKです！※(カ)</p> <p>14:00 Saori ひざこしらクラクヨガ☆※(カ)</p> <p>18:45 コンディショニング☆☆☆</p> <p>20:30 エアエナジー☆☆☆※(カ)</p>	<p>31</p> <p>10:00 骨盤調整☆☆☆</p> <p>19:30 ヴィンヤサFlow ☆☆☆☆</p>	<p>※(カ) 土崎自衛隊通り「株式会社かんきょう本社」会場 ※(カ) 八橋「みんなの体育館」会場 その他は、スロウフロー山王スタジオでレッスンです。</p>									

LINE@

お問い合わせは
こちらまでどうぞ⇒

