

2月

スタジオレッスンスケジュール

健康習慣のサポート窓口アップバー

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	曜日
場所	スタジオ1	スタジオ1	スタジオ1	スタジオ1	スタジオ1	スタジオ1	スタジオ1	場所
9:45 10:00 30 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00	久喜市後援事業 9:45~10:30 健全体操教室 ひだまり亭	回数消化対象外 10:15~10:45 目覚めのモーニングYOGA Yuka 500円	回数消化対象外 10:15~10:45 目覚めのモーニングYOGA Yuka 500円	久喜市後援事業 9:45~10:30 健全体操教室 ひだまり亭	久喜市後援事業 9:45~10:30 健全体操教室 ひだまり亭	11:00~12:00 温活YOGA マーヤ	11:00~12:00 リンパケアYOGA あみ	11:00~12:00 ムドラーYOGA 神尾 龍樹
10:00 30 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00	12:15~13:15 古典ヨガ 亜矢子	12:15~13:15 筋膜リリース&ピラティス マーヤ	12:15~13:15 リンパドレナージュストレッチ Yossy	12:15~13:00 背中すっきりピラティス マーヤ	12:15~13:15 リラックスYOGA 神尾 龍樹	12:15~13:15 エンジョイ☆古典YOGA 久保 聰美	12:15~13:15 セミパーソナル クリス	12:15~13:15 アロマフィーリングYOGA クリス
10:00 30 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00	13:30~14:30 ストレッチポールエクササイズ (ピラティス) JURI	13:30~14:30 季節の経絡YOGA 清水 麻衣子	13:30~14:30 BASIC YOGA Yuka	13:30~14:30 セルフメディケーション教室 TOMOKI	14:00~15:00 美筋YOGA NAOKO	14:00~15:00 骨盤底筋YOGA 清水 麻衣子	14:45~15:45 エンジョイ☆古典YOGA 久保 聰美	14:45~15:45 アロマフィーリングYOGA クリス
10:00 30 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00	14:45~15:45 リラックスYOGA 清水 麻衣子	14:45~15:45 エンジョイ☆古典YOGA 久保 聰美	14:45~15:45 ストレッチポールエクササイズ JURI	14:45~15:45 美筋YOGA NAOKO	15:15~16:15 ルーシーダットン NAOKO	15:15~16:15 アロマフィーリングYOGA クリス	15:45~16:30 かんたん全身トレーニング クリス	16:45~17:45 アロマフィーリングYOGA クリス
10:00 30 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00	16:00~17:00 骨盤底筋YOGA 清水 麻衣子	16:00~17:00 温活YOGA マーヤ	16:00~17:00 リラックスYOGA 神尾 龍樹	16:00~17:00 骨盤調整YOGA KIKUNO	17:00~18:00 筋膜リリース&ピラティス マーヤ	17:00~18:00 やさしいパワーYOGA 神尾 龍樹	18:15~19:15 アロマフィーリングYOGA KIKUNO	18:15~19:15 アロマフィーリングYOGA クリス
10:00 30 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00	19:00~20:00 骨盤調整YOGA KIKUNO	19:00~20:00 やさしいパワーYOGA 神尾 龍樹	19:00~20:00 美筋YOGA NAOKO	19:00~20:00 古典ヨガ・フロー 亜矢子	20:15~21:15 肩こり改善YOGA KIKUNO	20:15~21:15 アロマフィーリングYOGA 神尾 龍樹	20:15~21:15 アロマフィーリングYOGA KIKUNO	20:15~21:15 アロマフィーリングYOGA クリス
10:00 30 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00	20:15~21:15 肩甲骨を緩める陰YOGA KIKUNO	20:15~21:15 股関節を緩める陰YOGA 神尾 龍樹	20:15~21:15 肩こり改善YOGA KIKUNO	20:15~21:15 アロマフィーリングYOGA KIKUNO				

※予約制となりますので、事前にご予約をお願いいたします。(定員10名)

■注意事項
※スケジュール、担当は変更する場合がございます。
※時間を過ぎた場合は、ご参加いただけません。

■営業時間
■休館日
■電話

平日 10:00~22:00 土日祝 10:00~20:00
毎週水曜日
0120-00-1841