



2022

レッスンスケジュール

		9:30	11:00	12:30	14:00	19:00	20:30	22:00
1	金	×	×	×	×	ポール・里美	ベー・はるな	×
2	土	ベー・はるな	癒し・はるな	己書・まゆみ 13:00	×	×	×	×
3	日	ストコン・アサミ	ベー・アサミ	×	×	×	×	×
4	月	×	×	×	×	からだ・中西	癒し・はるな	BODY
5	火	常温・中野	ポール・里美	BODY	シニア・エリカ	骨盤・武田	ベー・武田	×
6	水	×	からだ・中西	×	常温・里美	ベーアサミ	寝ヨガ・里美	BODY
7	木	×	×	×	×	×	×	×
8	金	×	×	×	×	ムドラ・里美	ベー・はるな	×
9	土	骨盤・武田	ベー・武田	己書・まゆみ 13:00	×	×	×	×
10	日	イベント「レッスン&お食事」バンダイスタジオ&アビイロード 詳しくはフロントまで						
11	月	×	×	×	×	からだ・中西	癒し・はるな	BODY
12	火	常温・中野	寝ヨガ・里美	BODY	シニア・エリカ	ベー・武田	骨盤・武田	×
13	水	ムドラ・里美	からだ・中西	×	常温・里美	ストコン・アサミ	ムドラ・里美	BODY
14	木	シニア・エリカ	ポール・里美	BODY	×	ベーアサミ	癒し・はるな	×
15	金	×	×	×	×	ポール・里美	ベー・はるな	×
16	土	×	×	×	×	×	×	×
17	日	×	×	×	×	×	×	×
18	月	×	×	×	×	×	×	×
19	火	常温・中野	寝ヨガ・里美	BODY	シニア・エリカ	骨盤・武田	ベー・武田	×
20	水	ムドラ・里美	からだ・中西	×	常温・里美	ストコン・アサミ	寝ヨガ・里美	BODY
21	木	シニア・エリカ	ポール・里美	BODY	×	ベーアサミ	癒し・はるな	×
22	金	己書・まゆみ 10:00	×	×	×	癒し・はるな	ムドラ・里美	×
23	土	からだ・中西	寝ヨガ・里美	×	×	×	×	×
24	日	アンチ・中野	キラナ・マコ	×	×	×	×	×
25	月	×	×	×	×	からだ・中西	ベー・はるな	BODY
26	火	常温・中野	寝ヨガ・里美	BODY	シニア・エリカ	×	×	×
27	水	ムドラ・里美	からだ・中西	×	常温・里美	ストコン・アサミ	ポール・里美	BODY
28	木	シニア・エリカ	ポール・里美	BODY	×	パレヨガ・アサミ	癒し・はるな	×
29	金	己書・まゆみ 10:00	×	×	×	×	×	×
30	土	骨盤・武田	ベー・武田	×	×	×	×	×
31	日	ベー・アサミ	ストコン・アサミ	×	×	×	×	×

レッスン予約はお電話でOK! 0598-67-8274

- 7月10日(日) バンダイにて「レッスン」&「アビイロード」10:30~
ラストの「みえ得」を利用してクーポン券をもらおう! 参加費 2500円
- お友達をご紹介下さい! 3ヶ月キャンペーン お得です!
3ヶ月キャンペーン「20000円」 レッスン受け放題

3、酸素カプセル・コラーゲンランプのお得な料金変更!!

3週間使い放題 3000円 (カプセル、コラーゲン どちらも含む)

詳しくはフロントにお問い合わせ下さい。



酸素が増えると全身いいことだらけ!
脳・視力・聴覚・内臓・皮膚・髪の毛・爪ケガ・病気の回復

コラーゲンをイキイキ活発にしよう!
定期的に浴びることによって若々しさを保つことができます。



4、スタジオPINEホームページ・・・ブログ公開しております。

<https://hotyoga-pine.net/> 読んでね (#^.^#)