



2025

レッスンスケジュール

		9:45	11:00	19:15	20:30
1	土	寝ヨガ・里美	ムドラー・里美	×	×
2	日	タイ式・里美	チェアヨガ・里美	×	×
3	月	×	×	寝ヨガ・里美	ムドラー・里美
4	火	ストレッチヨガ・里美	ベーシック・KAZU	×	×
5	水	ポールヨーギー・里美	ダイエット・里美	タイ式・里美	からだ修復・中西
6	木	寝ヨガ・里美	エアリアル・KAZU	チェアヨガ・里美	ダイエット・里美
7	金	×	×	×	×
8	土	ベーシック・マコ	キラナヨガ・マコ	×	×
9	日	美尻ヨガ・KAZU	ベーシック・KAZU	×	×
10	月	×	×	ストレッチヨガ・里美	ポールヨーギー・里美
11	火	ムドラー・里美	美尻ヨガ・KAZU	×	×
12	水	タイ式・里美	ダイエット・里美	寝ヨガ・里美	からだ修復・中西
13	木	チェアヨガ・里美	エアリアル・KAZU	ムドラー・里美	ダイエット・里美
14	金	×	×	×	×
15	土	×	×	×	×
16	日	ストコン・アサミ	ベーシック・アサミ	×	×
17	月	×	×	タイ式・里美	チェアヨガ・里美
18	火	ストレッチヨガ・里美	ベーシック・KAZU	×	×
19	水	ポールヨーギー・里美	ダイエット・里美	ストレッチヨガ・里美	からだ修復・中西
20	木	寝ヨガ・里美	美尻ヨガ・KAZU	×	×
21	金	×	×	×	×
22	土	ムドラー・里美	タイ式・里美	×	×
23	日	骨盤ヨガ・武田	ベーシック・武田	×	×
24	月	×	×	寝ヨガ・里美	ムドラー・里美
25	火	チェアヨガ・里美	美尻ヨガ・KAZU	×	×
26	水	ストレッチヨガ・里美	ダイエット・里美	タイ式・里美	からだ修復・中西
27	木	ポールヨーギー・里美	エアリアル・KAZU	チェアヨガ・里美	ダイエット・里美
28	金	×	×	×	×
29	土	×	×	×	×
30	日	×	×	×	×
31	月	×	×	×	×

レッスン予約はお電話でOK！

0598-67-8274



