



2025

レッスンスケジュール

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

レッスン予約はお電話でOK！

0598-67-8274

- 4/16は休館です。振替は4/18に行います。
- お水は当クラブ専用の容器にて100円でご購入できます。(専用容器1リットル300円水入り)
- レッスンはお二人様のご予約から実施いたします。ご了承ください。
レッスン60分前のご予約人数にて決めさせていただきます。

4, **お友達をご紹介くださ～い！！**



