



2025

レッスンスケジュール

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

レッスン予約はお電話でOK！

0598-67-8274

- 1, 只今、パインではGoogleの口コミ情報をおつめております。
- 2, 会員カードを必ずご提示ください。
- 3, ゴールデンウィークは日程が通常とは変更しておりますのでご注意ください。
- 4, 5/27はインストラクターの変更があります。

お友達をご紹介くださ～い！！



