

パイン通信 7月

発行2025.6.23



2025

レッスンスケジュール

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

レッスン予約はお電話でOK！

0598-67-8274

- 1, 里美先生は徐々に回復致しますので、レッスン回数もそれになります。
ご迷惑をおかけしております。ご理解くださいませ。
- 2, 基本 金曜休館日、月曜午前中、火土日の午後はお休みになります。
- 3, レッスン開催は60分前のご予約がお2人様で決行いたします。
- 4, 出欠を取っております。会員カードの提示をお願いします。

お友達をご紹介くださ～い！



