

パイン通信 9月

発行2025.8.25



2025

レッスンスケジュール

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

レッスン予約はお電話でOK！

0598-67-8274

お友達をご紹介くださ～い！



