

【夏休み企画】親子キャンペーン クラススケジュール

大人と同様に、1人で最後までマットの上で受講できること。

静かにスタジオ内にいられば自由にしていてOK。

	MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN
10:20~ 11:40	アライメント調整ヨガ NOB	10:15~ 11:45	インクルーシブヨガ <月一クラス> FUMI *8/22開催	10:20~ 11:40	初級 小中千恵	9:20~ 10:40	Ashtanga led HANAE	10:40~ 12:15	Jivamkti 95min PADMINI	9:00~ 10:20	メノポーズヨガ <月一クラス> HIKARU *8/12開催	9:00~ 10:20	古典ハタヨーガ 近藤真由美
13:00~ 14:20	Ashtanga初級 HANAE	10:40~ 12:10	Sivananda90min HIKARU	10:40~ 12:00	薬膳をいかした五季のヨガ 村上華子	10:20~ 11:40	Hatha 鈴木修一郎	12:20~ 13:40	Hatha 新倉美代子			10:40~ 12:00	HathaFlow 近藤真由美
15:00~ 16:20	Hatha Flow 柏原多嘉子	11:00~ 12:20	HathaFlow 加藤尚子	12:00~ 13:20	クリパルヨガ 合津静	11:00~ 12:20	Sivananda 渋谷さやか	13:00~ 14:20	やさしいFLOW 加藤尚子			12:20~ 13:40	やさしいFlow 柏原多嘉子
18:30~ 19:50	Hatha Vinyasa 梅澤友里香	12:20~ 13:40	優しいアシュタンガヨガ 濱田麻矢 *7/25まで	13:00~ 14:20	Hatha Vinyasa TSUGUMI	13:00~ 14:20	中級 近藤真由美	14:30~ 15:50	Yin & Yang AllLevel ACO				
19:00~ 20:20	Hatha 浦智子	14:30~ 15:50	DharmaYoga 山口陽平	14:30~ 15:40	Hatha All Level 築地サヤカ	15:00~ 16:20	Restorative yoga 近藤真由美	16:30~ 17:50	ハタヨガ 鈴木修一郎				
		15:00~ 16:20	Ashtanga led HANAE	16:50~ 18:10	Hatha Vinyasa 梅澤友里香	17:00~ 18:00	ちょこっとアシュタンガ 濱田麻矢 *8/3スタート	17:00~ 18:20	ハタヨガ 合津静				
		18:30~ 19:50	デンセグリティー・ヨガ ACO	18:00~ 19:20	座るためのYoga Conditioning 仁平美香	18:30~ 19:50	lyengar yoga All Level CHIE						
		18:50~ 20:10	Vinyasa Fit Style 赤沼直美	19:00~ 20:20	lyengar yoga AllLevel 奥野恵子								
		19:30~ 20:50	Burning Flow シュミツ茂仁香										

<注意事項>

- ・疲れたり、頑張りすぎかな、と思ったら、無理せず必ずお休みを取ってください。
- ・お子さまがどうしても退出したくなった場合には、保護者の方も一緒に退出してください。
- ・スタッフがお子さまをお預かりすることはできません。
- ・対象クラスが代講の場合、担当講師によってはお子さまの参加が対象外になる場合があります

