

※2015年1月からのクラススケジュールです。

時間/曜日	月	火	水	木	金	土	日
8:00~ 9:00~ 9:30~ 10:00~ 10:30~ 11:00~				GM!!Yoga 8:00~9:20 ま			
	バランスボール deダイエット くひすわりから 10:00~11:00 み	マタニティヨガ 9:15~10:35 M	朝の姿勢スッキ リ・ヨガ 9:15~10:35 じ	ママアクヨガ with Baby すり ばいから 10:30~11:50 じ	ダンスブルヨガ すりばいから 10:00~11:00 M	おうちマタニ ティヨガ 月1回 10:00~11:20 じ	
	ピラティススク ール 11:15~ 12:15 み	産後ヨガ ~ねんね~ 11:00~12:20 M	ママヨガBaby すりばいまで 11:00~12:20 じ				
13:00~ 13:30~ 14:00~ 14:30~ 15:00~ 15:30~				ママニティヨガ 14:00~15:20 じ	ベビー手話 13:30~14:30	Venus Yoga 14:00~16:00 ゆ	
	BBC (整体) 13:30~16:00 ま						
19:00~			マタニティヨガ 19:10~20:30 ゆ			スロージャー ニーヨガ (隔週) ま	

ねんね
すりばいから
たちから

- じ → June
- M → Miwa
- み → Midori
- ま → Mari
- ゆ → ゆき

※スタジオで事前にお配りしたスケジュールと若干変更がございます。  
 ※「満月新月ヨガ」は都合により、2015年1月より無くなります。