


月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	
					09:30-10:45 ハタフローヨガ	07:00-09:00 マイソール 09:15-10:15 美脚美尻骨盤ヨガ	
3	4	5	6	7	8	9	
10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-11:00 アシュタンガ1-3	10:00-11:15 月経血フローヨガ		09:30-11:30 アシュタンガ1-3	09:30-10:45 ハタフローヨガ	07:00-09:00 マイソール 09:15-10:15 美脚美尻骨盤ヨガ	
			12:15-13:15 美脚美尻骨盤ヨガ				
19:15-20:15 アシュタンガ1	19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ	19:30-20:30 骨盤ヨガ	19:15-20:45 アシュタンガ1~3	18:15-19:30 陰リストラティブヨガ			
10	11	12	13	14	15	16	
10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-11:00 アシュタンガ1-3	10:00-11:15 月経血フローヨガ		09:30-11:30 アシュタンガ1-3	09:30-10:45 月経血フローヨガ	09:15-10:15 美脚美尻骨盤ヨガ	
11:15-12:30 ベビーママヨガ			12:15-13:15 美脚美尻骨盤ヨガ				
19:15-20:15 アシュタンガ1	19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ	19:30-20:30 月経血ヨガ	19:15-20:45 アシュタンガ1~3				
17	18	19	20	21	22	23	
10:00-11:00 月経血ヨガ	09:30-11:00 アシュタンガ1-3	10:00-11:15 月経血フローヨガ		09:30-11:30 アシュタンガ1-3	09:30-10:45 月経血フローヨガ	09:15-10:15 美脚美尻骨盤ヨガ	
			12:15-13:15 美脚美尻骨盤ヨガ				
	19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ	19:30-20:30 月経血ヨガ	19:15-20:45 プライマリーレッド				
24	25	26	27	28	29	30	
10:00-11:00 月経血ヨガ	09:30-11:00 アシュタンガ1-3	10:00-11:15 月経血フローヨガ		09:30-11:30 アシュタンガ1-3	09:30-10:45 ハタフローヨガ	07:00-09:00 マイソール 09:15-10:15 美脚美尻骨盤ヨガ	
			12:15-13:15 美脚美尻骨盤ヨガ				
19:15-20:15 アシュタンガ1	19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ	19:30-20:30 月経血ヨガ	19:15-20:45 アシュタンガ1~3	19:00-20:15 陰リストラティブヨガ			
31	完全予約制の少人数クラスです。お電話またはメールでご予約お願いします。						
10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ	Tel : 080-1888-7597 Mail : power@inhalexexhale.com 札幌市中央区南1条西24丁目1-17 カーニバルビル2階 http://www.inhalexexhale.com						
19:15-20:15 アシュタンガ1							
YUKI	YOJI	MINAKO	MARIKO	 Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしています♪			