



# 2018.12 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
				30	1	2
<b>12月キャンペーン</b> ①1回体験1,000円(通常体験2回3,240円) ②入会限定1ヶ月フリー券30%OFF <b>12,600円</b> (通常18,000円) ※年末年始休み分は期間延長します。 <b>お知らせ</b> ◎年末年始休み：12/30～01/02				09:30-10:30 アシュタンガ入門	09:30-10:45 ナチュラルフロー	
				09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール		13:00-14:00 美脚美尻骨盤ヨガ
						14:30-15:15 体験&ビギナー限定 3名定員ハタヨガ
				※平日ナイトフリー の方は1日or 2日振替可能		
3	4	5	6	7	8	9
10:00-11:00 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門	10:00-11:15 月経血フローヨガ	11:30-12:30 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー	09:30-10:30 アシュタンガ入門	09:30-10:45 ナチュラルフロー	07:30-09:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール		09:45-10:45 美脚美尻骨盤ヨガ
	19:15-20:15 アシュタンガ入門		19:15-20:15 アシュタンガ入門			
19:15-20:15 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:45 アシュタンガヨガ プライマリーレッド	19:30-20:30 キレイになるヨガ	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	19:30-20:15 体験&ビギナー限定 3名定員ハタヨガ		
10	11	12	13	14	15	16
10:00-11:00 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門	10:00-11:15 月経血フローヨガ	11:30-12:30 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー	09:30-10:30 アシュタンガ入門	09:30-10:45 ナチュラルフロー	
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール		
	19:15-20:15 アシュタンガ入門		19:15-20:15 アシュタンガ入門			
19:15-20:15 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソール	19:30-20:30 キレイになるヨガ	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	19:30-20:15 体験&ビギナー限定 3名定員ハタヨガ		
17	18	19	20	21	22	23
10:30-11:30 月経血ヨガ		10:00-11:15 月経血フローヨガ	11:30-12:30 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー	07:00-09:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス	09:30-10:45 ナチュラルフロー	07:30-09:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス
				09:45-10:45 美脚美尻骨盤ヨガ		09:45-10:45 美脚美尻骨盤ヨガ
	19:15-20:15 アシュタンガ入門		19:15-20:15 アシュタンガ入門			
19:15-20:15 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソール	19:30-20:30 キレイになるヨガ	19:15-20:45 アシュタンガヨガ プライマリーレッド	※平日ナイトフリー の方は22日or 23or24日振替可能		
24	25	26	27	28	29	30
09:30-10:40 アシュタンガヨガ ハーフレッド	09:30-10:30 アシュタンガ入門	10:00-11:15 月経血フローヨガ	11:30-12:30 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー	09:30-10:30 アシュタンガ入門		
11:00-11:45 体験&ビギナー限定 3名定員ハタヨガ	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	14:30-16:30 2018年締めクラス 108回太陽礼拝 ワークショップ	
	19:15-20:15 アシュタンガ入門		19:15-20:15 アシュタンガ入門			
	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソール	19:30-20:30 キレイになるヨガ	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	19:30-20:15 体験&ビギナー限定 3名定員ハタヨガ		
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。					
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 <a href="http://www.inhalexexhale.com">http://www.inhalexexhale.com</a>						
					Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしております♪	
YOJI YUKI	MINAKO	MARIKO	ASUMI	AYUMI	AYAKA	