



2020.01 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		08:00-09:00 元旦ヨガ 08:00-09:45 元旦マイソール	08:00-09:00 元旦ヨガ 08:00-09:45 元旦マイソール	08:00-09:00 元旦ヨガ 08:00-09:45 元旦マイソール	09:30-10:45 美背中フローヨガ	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソール 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ
		平夜・夜フリー 午前振替・週末振替可	平夜・夜フリー 午前振替・週末振替可	平夜・夜フリー 午前振替・週末振替可		
6	7	8	9	10	11	12
10:00-11:00 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	10:30-11:45 月経血フローヨガ	10:30-11:45 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 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	週末休	フリー&Nフリー 有効期限非対称日
19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	平日休		
13	14	15	16	17	18	19
11:00-12:00 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	10:30-11:45 月経血フローヨガ	10:30-11:45 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 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	09:30-10:45 美背中フローヨガ	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソール 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ
平夜フリー 午前振替可	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	平日休		
20	21	22	23	24	25	26
平日休	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	10:30-11:45 月経血フローヨガ	全フリー 有効期限非対称日	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	09:30-10:45 美背中フローヨガ	週末休
19:15-20:15 美脚美尻骨盤ヨガ	※H&Nフリー の方は18日19日 25日振替可能	※H&Nフリー の方は18日19日 25日振替可能	全フリー 有効期限非対称日	平日休		
27	28	29	30	31	1	2
10:30-11:30 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	10:30-11:45 月経血フローヨガ	10:30-11:45 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 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	09:30-10:45 美背中フローヨガ	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソール 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ
19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	平日休		
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 http://www.inhalexexhale.com						
				Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしています♪		
YOJI YUKI	MINAKO	MARIKO	ASUMI			