



# 2021.08 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日	
<b>08月体験キャンペーン</b> ①ナイトフリー:平日夜&祝土日通い放題=10,800円 ※月~金夜+週末通い放題(祝日は朝OK) ③1ヶ月フリー券25%OFF→12,960円(通常18,000円)  [S]=スタジオクラス [Z]=ZOOMクラス					3	1	
					08:00-09:00 アシュタンガ入門[C]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[C]	
					08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	
					09:30-10:15 アシュタンガヨガ 基礎[C]	10:00-11:15 月経血フロー[C]	
2	3	4	5	6	7	8	
06:00-06:30 アシュタンガヨガ メンバー無料[Z]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[C]	06:00-06:30 朝骨ヨガ メンバー無料[Z]	平日休[C]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[C]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[C]	09:00-10:20 アシュタンガヨガハーフ プライマリーレッド[CZ]	
10:00-11:00 月経血ヨガ[C]		10:00-11:15 月経血フローヨガ[C]			08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	09:00-10:30 アシュタンガヨガフル プライマリーレッド[CZ]	
20:00-20:30 月経血ヨガ-太陽-[Z] フリーの方は 期限を一日延長	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	20:00-20:30 夜の背骨ヨガ メンバー無料[Z] フリーの方は 期限を一日延長		19:15-20:15 アシュタンガ入門[C]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]		
9	10	11	12	13	14	15	
06:00-06:30 アシュタンガヨガ メンバー無料[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[C]	10:00-11:15 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[CZ] ※要ボルスター	09:00-10:15 月経血フローヨガ[C]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[C]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[C]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[C]	
08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	
10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ファンデーション[CZ]			19:15-20:15 アシュタンガ入門[C]		11:00-12:00 美脚美尻骨盤ヨガ ファンデーション[Z]	10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[CZ]	
AM振替[C]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[CZ] ベーシックヨガ[CZ]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	平日夜休[C]			
16	17	18	19	20	21	22	
10:00-11:00 月経血ヨガ[CZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[C]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[CZ]	10:00-11:15 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[CZ] ※要ボルスター	09:30-10:30 アシュタンガ入門[C]	09:00-10:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[C]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[C]	
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]		08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	
			19:15-20:15 アシュタンガ入門[C]			10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[CZ]	
19:15-20:30 月経血フローヨガ[CZ]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[CZ]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	平日夜休[C]			
23	24	25	26	27	28	29	
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[C]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[C]	10:00-11:15 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[CZ] ※要ボルスター	09:30-10:30 アシュタンガ入門[C]	09:00-10:00 美脚美尻骨盤ヨガ ワンレグフロー[C]	10:00-11:15 美脚美尻骨盤ヨガ[Z] フリー各種無料 その他メンバー1000-	
10:00-11:00 月経血ヨガ[C]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]			
19:15-20:15 アシュタンガ入門[C]			19:15-20:15 アシュタンガ入門[C]				
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[CZ]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	平日夜休[C]			
20:00-20:30 月経血ヨガ-太陽-[Z]							
30	31	1	2	少人数完全予約制です。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>			
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[C]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[C]	10:00-11:15 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[CZ]				
10:00-11:00 月経血ヨガ[C]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]						
19:15-20:15 アシュタンガ入門[C]							
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[CZ]					
20:00-20:30 月経血ヨガ-太陽-[Z]							
YUKI	YOJI	MINAKO	MARIKO	ASUMI	KYOCO		

