



2021.09 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		10:00-11:15 月経血フローヨガ[Z]	09:00-10:00 月経血ヨガ[Z] 10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガセラピー[CZ] ※要ボルスター 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]	09:30-10:30 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] 19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ ストレッチ[CZ]	09:30-10:30 美脚美尻骨盤ヨガ ワンレッグフロー[CZ]	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] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ワンレッグフロー[CZ]
6	7	8	9	10	11	12
06:00-06:30 アシュタンガヨガ[Z] 10:00-11:00 月経血ヨガ[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] 20:00-20:30 月経血ヨガ-太陽-[Z]	09:30-10:30 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] 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 きれいになるヨガ[Z]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[Z] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[CZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ セラピー[CZ] ※要ボルスター 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]	09:30-10:30 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] 19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ ゆったりストレッチ[CZ]	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] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 後屈フロー[CZ]	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] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[CZ]
13	14	15	16	17	18	19
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 10:00-11:00 月経血ヨガ[C] 20:00-20:30 月経血ヨガ-太陽-[Z] CLOSE 有効期限対象外 期限を一日延長	09:30-10:30 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] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	09:00-10:00 パワーヨガ[Z] 10:00-11:15 月経血フローヨガ[Z] 平日休[C]	平日休[C] 19:10-20:25 月経血フローヨガ[Z]	09:30-10:30 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] 19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ ゆったりストレッチ[CZ]	09:00-10:00 パワーヨガ[Z]	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] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[CZ]
20	21	22	23	24	25	26
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 09:00-10:10 アシュタンガヨガ ハーフレッドクラス[CZ] 09:00-10:40 アシュタンガヨガ フルレッドクラス[CZ] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	09:30-10:30 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] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	08:00-09:00 月経血フローヨガ[Z] 10:00-11:15 月経血フローヨガ[CZ] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[CZ]	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] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ セラピーストレッチ[CZ]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ] 19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ ゆったりストレッチ[CZ]	週末休[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] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ファンデーション[CZ]
27	28	29	30	1	2	3
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 10:00-11:00 月経血ヨガ[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] 20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 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] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[CZ]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[Z] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[CZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ セラピー[CZ] ※要ボルスター 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]	09:30-10:30 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] 平日夜休[C]	???	???
09月体験キャンペーン 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				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 http://www.inhalexexhale.com		
Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしております♪						
YUKI	YOJI	MINAKO	MARIKO	ASUMI		