



2022.03 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S] 19:15-20:25 アシュタングヨガ ハーフプライマリー[SZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[Z]	09:30-10:45 月経血フローヨガ[S] 12:00-13:00 美脚美尻骨盤ヨガ ワンレックフロー[Z]
7	8	9	10	11	12	13
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 10:00-11:00 月経血ヨガ[S] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S] 19:15-20:25 アシュタングヨガ ハーフプライマリー[SZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	09:30-10:45 パワーヨガ[Z]	08:00-09:00 アシュタング入門[S] 08:00-09:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 後屈[SZ]
14	15	16	17	18	19	20
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 10:00-11:00 月経血ヨガ[S] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S] 19:15-20:25 アシュタングヨガ ハーフプライマリー[SZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ]	09:00-10:15 パワーヨガ[SZ]	08:00-09:00 アシュタング入門[S] 08:00-09:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[SZ]
21	22	23	24	25	26	27
08:00-09:00 アシュタング入門[S] 08:00-09:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ディープストレッチ[SZ]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S] 19:15-20:25 アシュタングヨガ ハーフプライマリー[SZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	09:00-10:00 アシュタングヨガ スタンディング[SZ]	08:00-09:00 アシュタング入門[S] 08:00-09:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ]
28	29	30	31	1	2	3
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 10:00-11:00 月経血ヨガ[S] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S] 19:15-20:25 アシュタングヨガ ハーフプライマリー[SZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ] 19:15-20:15 アシュタング入門[S] 19:15-20:45 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-10:30 アシュタング入門[S] 09:30-11:15 アシュタングヨガ マイソールクラス[SZ] 20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	09:00-10:15 パワーヨガ[Z]	09:00-10:00 アシュタング入門[Z] 09:00-11:00 アシュタングヨガ マイソールクラス[Z] 11:15-12:15 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[Z]

少人数完全予約制です。お電話またはメールでご予約をお願いします。

03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

Mail: sapporoiyc@yahoo.co.jp
 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>



YUKI

YOJI

MINAKO