



# 2022.05 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
<b>05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						1
						08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]
2	3	4	5	6	7	8
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]		09:30-10:45 月経血フローヨガ[SZ]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	09:00-10:15 パワーヨガ[SZ]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]
10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ]			08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]
			10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 前屈フロー[SZ]			10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 前屈フロー[SZ]
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]				19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ ファンデーション[SZ]		
9	10	11	12	13	14	15
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[SZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	06:00-06:30 朝ヨガ[Z]	04:30-06:00 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]
10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		09:30-10:45 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[SZ]
19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]		品川シーズンテラス オンラインクラスの為 夜クラスは休講 是非無料ですので ご参加ください。				
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[SZ]			
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]					
16	17	18	19	20	21	22
04:30-06:00 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	06:00-06:30 朝ヨガ[Z]	06:00-06:30 朝ヨガ[Z]	06:00-06:30 朝ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	09:00-10:00 アシュタンガヨガ スタンディング[Z]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]
10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[SZ]		09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	10:00-11:00 アシュタンガ入門[Z]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]				10:00-11:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 後屈フロー[SZ]
19:10-20:10 アシュタンガヨガ ムーンデイクラス[SZ]		20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]	19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]	19:10-20:10 アシュタンガヨガ ファンデーション[SZ]	11:50-12:50 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	
			19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			
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[S]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[SZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	09:00-10:15 パワーヨガ[Z]	08:00-09:10 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[SZ]
10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		09:30-10:30 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]
19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]						
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[SZ]	19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]			
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]		19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]		
30	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。					
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]	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.inhalexehale.com  Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしております♪					
10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ]						
19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]						
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]						
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]						
YUKI	YOJI	MINAKO				