



2022.07 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
07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				1	2	3
				09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	09:00-10:15 パワーヨガ[Z]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S] 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 オリジナル[SZ]
				09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		
				20:10-20:50 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]		
4	5	6	7	8	9	10
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ] 19:15-20:15 アシュタンガ入門[SZ] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ] 20:15-20:45 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[SZ] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[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[SZ] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[SZ] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ] 20:10-20:50 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[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 オリジナル[SZ]
11	12	13	14	15	16	17
10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ] 19:15-20:15 アシュタンガ入門[SZ] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ] 20:15-20:45 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[SZ] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ 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[SZ] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ 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 アシュタンガ入門[SZ] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[SZ] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ] 20:10-20:50 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]		09:00-10:00 アシュタンガ入門[Z] 09:00-10:50 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 10:55-11:55 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[Z]
18	19	20	21	22	23	24
09:30-10:40 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[S] Nフリー年前に振替可	06:00-06:30 朝骨ヨガ 09:30-10:30 アシュタンガ入門[S] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	06:00-06:30 朝骨ヨガ 10:00-11:15 月経血フローヨガ[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]	08:30-10:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ] 10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門[SZ] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ] 19:15-20:15 アシュタンガ入門[SZ] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	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[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 オリジナル[SZ]
25	26	27	28	29	30	31
10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ] 19:15-20:15 アシュタンガ入門[SZ] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ] 20:15-20:45 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[SZ] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ 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[SZ] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ 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 マイソールクラス[SZ] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	09:30-10:30 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] 20:10-20:50 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	08:00-09:00 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 ベーシック[SZ]	09:30-10:30 月経血ヨガ[S]
				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。 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		
YUKI	YOJI	MINAKO	ZOOMのみ			

